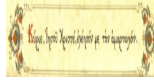


ΚΥΡΙΕ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΕ ΕΛΕΗΣΟΝ ΜΕ.ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΝΟΕΡΑ ΠΡΟΣΕΥΧΗ ΚΑΙ ΠΩΣ ΤΗΝ ΚΑΝΟΥΜΕ

Η ΝΟΕΡΑ ΠΡΟΣΕΥΧΗ



Σε πολλούς ανθρώπους υπάρχει το ερώτημα: Μπορούν οι Χριστιανοί που βρίσκονται στον κόσμο να ασχολούνται με τη νοερά προσευχή; Απαντούμε καταφατικά. Ναι! Για να καταλάβουν την προτροπή μας οι ενδιαφερόμενοι, αλλά και την υπόδειξή μας, όσοι δεν γνωρίζουν, θα εξηγήσουμε σύντομα το θέμα ώστε να μην προβληματίζονται από τη διαφορετική ίσως ερμηνεία και προσδιορισμό της νοεράς προσευχής.

Πηγή: xfe.gr

Γενικά, η προσευχή είναι η μόνη υποχρεωτική και απαραίτητη εργασία και αρετή για όλους και γι' αυτό μας δόθηκε εντολή να την εργαζόμαστε αδιάλειπτα.

Κάθε τύπος και τρόπος προσευχής είναι ωφέλιμος. Ο σκοπός της πανάρετης αυτής εργασίας είναι να στρέφει και να κρατά το νου του ανθρώπου στο Θεό. Χρειάζεται αρκετή προσπάθεια για να ενεργοποιηθεί και συγκρατηθεί ο νους ώστε να γίνει η προσευχή καρποφόρα και αποδεκτή.

Δεν θα μιλήσουμε για τους άλλους τρόπους προσευχής, που είναι γνωστοί και συνηθισμένοι σε όλους τους Χριστιανούς, παρά μόνο για τη λεγόμενη νοερά προσευχή. Ένα θέμα, που απασχολεί τους ευλαβείς πιστούς επειδή πολλές φορές αγνοείται, παρερμηνεύεται και περιγράφεται μάλλον φανταστικά.

Θα αφήσουμε τους Πατέρες μας να μας οδηγούν για τον ακριβή τρόπο της εφαρμογής και των αποτελεσμάτων αυτής της θεοποιού αρετής, από την κάθαρση ως τον αγιασμό, στον οποίο μας οδηγεί. Θα πούμε τόσα μόνο, εμείς οι ευτελείς, όσα είναι αρκετά για να διασαφηνίσουν τη νοερά προσευχή και να πείσουν τους αδελφούς μας να ασχοληθούν με αυτή.

Την ονομάζουν οι Πατέρες « νοερά » γιατί γίνεται με το νου. Το νου οι Πατέρες μας τον προσδιορίζουν ως ένα ελεύθερο ον, που δεν ανέχεται περιορισμούς και ούτε για πολύ πείθεται για κάτι που δεν μπορεί να συλλάβει. Γι' αυτό, διάλεξαν μόνο λίγες λέξεις σε μια απλούστατη προσευχή -« Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με »- ώστε να μην χρειάζεται μεγάλη προσπάθεια του νου να συγκρατεί μια μεγάλη προσευχή και, δεύτερο, γύρισαν το νου εσωτερικά και στο κέντρο της λογικής μας ύπαρξης.

Εκεί, παραμένοντας ακίνητος με το νόημα της θείας επίκλησης του

γλυκύτετου ονόματος του Κυρίου μας Ιησού, αναμένει να αισθανθεί το συντομότερο δυνατό τη θεία παρηγοριά.

Είναι αδύνατο, επικαλούμενος συνέχεια και με επιμονή, ο πανάγαθος Δεσπότης μας Χριστός, να μην επακούσει και εμφανιστεί, αυτός που τόσο επιθυμεί τη σωτηρία των ανθρώπων.

Επειδή όμως η κατά φύση αρετή που θέλουμε να επιτευχθεί, χρειάζεται και τα κατάλληλα μέσα, έτσι και η ιερή αυτή εργασία χρειάζεται τα απαραίτητα στοιχεία. Η κάποια ησυχία, η αμεριμνησία, η αποφυγή της γνώσης και διήγησης γεγονότων, η εγκράτεια γενικά και η επίμονη συνέχεια και συνήθεια δεν είναι ακατόρθωτα στους ευλαβείς που ενδιαφέρονται για την ιερότατη αυτή εργασία. Η επιτέλεση της προσευχής σε κάποιο χρονικό διάστημα της ημέρας, πάντοτε περίπου το ίδιο, είναι μια καλή αρχή!

Τονίσαμε ασφαλώς την επιμονή ως το πλέον απαραίτητο στοιχείο στην προσευχή. Στην αρχή, όταν συναντάται βία και αντίδραση εσωτερική, είναι απαραίτητο να λέγεται ψιθυριστά η προσευχή ή και δυνατώτερα. Όταν κατορθωθεί η καλή αυτή συνήθεια, ώστε με ευκολία να παραμένει και να λέγεται η ευχή, τότε μπορούμε να στραφούμε και εσωτερικά με τέλεια εξωτερική σιωπή. Στο βιβλίο "Οι περιπέτειες ενός προσκνητού" δίνεται ένα καλό παράδειγμα για την εισαγωγή. Η επιμονή λοιπόν και η προσπάθεια πάντοτε με τα ίδια λόγια της ευχής, θα γεννήσει την καλή συνήθεια, μετά αυτή θα φέρει το κράτημα του νου, οπότε και η παρουσία της Χάρης θα φανερωθεί.

Όπως κάθε αρετή αντιστοιχεί σε ένα αποτέλεσμα, έτσι και η νοερά προσευχή έχει ως αποτέλεσμα την κάθαρση του νου και το φωτισμό και φτάνει το άκρο και τέλειο αγαθό, την ένωση με το Θεό, δηλαδή την απόκτηση του Αγίου Πνεύματος.

Στο θέμα της προσευχής, πρέπει όλοι μας οι Χριστιανοί να αγωνιζόμαστε, ιδίως στη μονολόγιστη νοερά προσευχή. Όπου φτάσει ο καθένας, πολύ κέρδος θα έχει.

Όταν είναι παρούσα η ευχή, ο άνθρωπος δεν παραδίνεται στον πειρασμό που παραμονεύει γιατί « ο αγρυπνών και προσευχόμενος δεν emπίπτει εις πειρασμόν ». Επίσης, ο άνθρωπος δεν παραδίνεται σε σκοτισμό, ώστε να είναι παράλογος και να κάνει λάθος στην κρίση και απόφασή του. Δεν πέφτει σε ραθυμία και αμέλεια, που είναι η βάση πολλών κακών. Δεν νικάται από πάθη και αδυναμίες και ιδίως όταν τα αίτια είναι κοντά. Απεναντίας, αυξάνει ο ζήλος και η ευλάβειά του, γίνεται πρόθυμος προς



αγαθοεργία, είναι πράος και αμνησίκακος, αυξάνει καθημερινά η πίστη του και η αγάπη του στο Χριστό και αυτό τον υποκινεί για την κατόρθωση όλων των αρετών. Έχουμε πάρα πολλά παραδείγματα σύγχρονων ανθρώπων, και ιδίως νέων, που με την καλή συνήθεια της ευχής σώθηκαν από τρομερούς και θανάσιμους κινδύνους ή πτώσεις σε μεγάλα κακά.

Επομένως, η αδιάλειπτη νοερά προσευχή είναι καθήκον κάθε πιστού, κάθε ηλικίας και γένους και κατάστασης, ασχέτως χώρου και χρόνου και τρόπου" μένει πάντα η ίδια και γίνεται σε όλους ό,τι τους χρειάζεται και τους απασχολεί, ώστε κατά τη Γραφή «πας ος αν επικαλέσηται το όνομα Κυρίου, σωθήσεται» (Πραξ. β' 21).

Δεν υπάρχει κίνδυνος πλάνης, όπως διαδίδεται από μερικούς αδαείς, αρκεί να λέγεται η ευχή με τρόπο απλό και ταπεινό. Είναι πολύ απαραίτητο, όταν λέγεται η προσευχή, να μην υπάρχει στο νου καμιά εικόνα, ούτε του Δεσπότη μας Χριστού, σε οποιαδήποτε μορφή, ούτε της Κυρίας Θεοτόκου ή κάποιου άλλου προσώπου ή παράστασης. Η εικόνα είναι ο τρόπος του σκορπισμού του νου. Επίσης, με την εικόνα γίνεται η είσοδος των λογισμών και της πλάνης. Ο νους πρέπει να μένει στην έννοια των λόγων της ευχής και με πολύ ταπείνωση να περιμένει ο άνθρωπος το θείο έλεος. Οι τυχόν φαντασίες ή φώτα ή κινήσεις, κρότοι και θόρυβοι είναι απαράδεκτα ως διαβολικά τεχνάσματα για να παρεμποδίσουν ή να παραπλανήσουν.

Ο τρόπος της παρουσίας της Χάρης στους εισαγωγικούς είναι χαρά πνευματική ή δάκρυα ήρεμα και χαροποιά, ή ήρεμος φόβος από τη μνήμη των αμαρτιών μας. Προοδευτικά, η Χάρη γίνεται αίσθηση της αγάπης του Χριστού, οπότε εξαφανίζεται τελείως ο μετεωρισμός του νου και θερμαίνεται η καρδιά στην αγάπη του Θεού τόσο, ώστε νομίζει ότι δεν θα αντέξει άλλο. Όλα αυτά και διάφορες άλλες μορφές αντίληψης και παρηγοριάς είναι εισαγωγικά σε όσους προσπαθούν να λένε και να κρατούν την ευχή, όσο από αυτούς εξαρτάται και γενικά όσο μπορούν.

Έως αυτό το σημείο, που είναι τόσο απλά τα πράγματα, κάθε ψυχή ορθοδόξου, βαπτισμένη και με πίστη, μπορεί να τα εφαρμόσει και να βρίσκεται στην πνευματική αυτή ευφροσύνη και χαρά, και να έχει ταυτόχρονα τη θεία προστασία και βοήθεια σε όλες τις πράξεις και ενέργειές της.

Επαναλαμβάνουμε και πάλι την παρακίνησή μας σε όσους αγαπούν το Θεό και τη σωτηρία τους: Να μην καθυστερήσουν να δοκιμάσουν την καλή αυτή εργασία και συνήθεια και δεν θα βρискουν λόγια να ευχαριστούν το Θεό για τη χάρη και ελεημοσύνη του, που παρέχει σε όσους κοπιάσουν λίγο στην εργασία αυτή. Γι' αυτό να έχουν

θάρρος να μη διστάσουν ή μικροψυχήσουν με τη λίγη αντίδραση ή κόπωση που θα συναντήσουν. Δεν υπάρχει απλούστερο, ευκολότερο και από όλους κατορθωτό πνευματικό επιτήδευμα από τη μικρή ευχή, με τόση πολλαπλή ωφέλεια και προκοπή, στο σημερινό κυκεώνα της τόσης ταραχής, άρνησης και απιστίας. Επιβάλλεται και όταν κάθεται κάποιος και όταν κινείται και όταν εργάζεται και όταν ακόμα βρίσκεται στο κρεβάτι και γενικά όπου και όπως είναι, να λέει από μέσα του τη μικρή αυτή ευχή.

Η ευχή αυτή, περιέχει και την πίστη και την επίκληση και την ελπίδα και με τόσο μικρό κόπο και ασήμαντη προσπάθεια, τηρεί την καθολική εντολή «αδιαλείπτως προσεύχεσθε» (Α΄ Τιμ. ε΄ 17), με όλη την τεράστια σημασία των αποτελεσμάτων της.



Σε όποιο λόγο των Πατέρων μας κι αν στραφεί κάποιος ή και στους θαυμαστούς βίους τους, δεν θα συναντήσει καμιά άλλη αρετή να εξυμνείται τόσο και να εφαρμόζεται με ζήλο και επιμονή, ώστε να αποτελεί, μόνη αυτή, το ισχυρότερο μέσο της εν Χριστώ επιτυχίας. Δεν έχουμε σκοπό να εκθειάσουμε ή να περιγράψουμε αυτή τη βασίλισσα των αρετών, γιατί ό,τι και να πούμε εμείς, μάλλον θα τη μειώσουμε. Ο σκοπός μας είναι να παρακινήσουμε και να ενθαρρύνουμε κάθε πιστό στην εργασία της, και καθένας μετά θα διδαχθεί από την πείρα του, γιατί εμείς πολύ λίγα είπαμε.

Τρέξτε όσοι απορείτε, όσοι απογοητεύεστε, όσοι είστε θλιμμένοι, όσοι είστε στην άγνοια, όσοι είστε ολιγόπιστοι και ποικιλότροπα όσοι είστε σε δοκιμασίες, τρέξτε στην παρηγοριά και λύση των προβλημάτων σας. Ο γλυκός μας Ιησούς Χριστός, η ζωή μας, μας αναγγέλλει ότι «χωρίς εμου ου δύνασθε ποιειν ουδέν» (Ιω. ιε΄ 5).

Να λοιπόν, που όταν τον επικαλούμαστε συνεχώς, ουδέποτε μένουμε μόνοι και επομένως όλα τα μπορούμε με τη βοήθεια Του. Φωτιζόμαστε και γινόμαστε προθυμότεροι και έτσι θα επιτυγχάνουμε να μη μπαίνουμε σε πειρασμούς. Εάν κάποιος θέλει να φτάσει και ψηλότερα, όπου θα τον ελκύσει η πανάγια Χάρη, θα περάσει πάλι από την εισαγωγή αυτή. Και όταν φτάσει στο σημείο εκείνο, θα τον πληροφορήσει κατάλληλα η Χάρη.

Ως επίλογο των γραφομένων, επαναλαμβάνουμε την παρακίνηση, ή μάλλον την ενθάρρυνσή μας, προς όλους τους πιστούς, ότι μπορούν και επιβάλλεται να ασχολούνται με την ευχή «Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με», τη λεγόμενη νοερά προσευχή, με βέβαιη πίστη ότι πολύ θα ωφεληθούν σε οποιοδήποτε στάδιο κι αν φτάσουν. Η

μνήμη της αιώνιας ζωής και η ταπεινοφροσύνη εγγυούνται την επιτυχία, με τη Χάρη του Χριστού, του οποίου η επίκληση θα είναι ο στόχος της αγαθής απασχόλησης. Ιδού καιρός να ετοιμάσει ο καθένας το μέλλον του! Η Χάρη του Κυρίου Ιησού Χριστού να είναι με όλους τους Χριστιανούς. Αμήν.

Κείμενο από το βιβλίο του γέροντος Ιωσήφ "ΑΣΚΗΣΗ, Η ΜΗΤΕΡΑ ΤΟΥ ΑΓΙΑΣΜΟΥ"

Η ΝΟΕΡΑ ΠΡΟΣΕΥΧΗ "ΚΥΡΙΕ ΙΗΣΟΥ ΧΡΙΣΤΕ ΕΛΕΗΣΟΝ ΜΕ". ΓΙΑΤΙ ΟΧΙ "ΕΛΕΗΣΟΝ ΗΜΑΣ"

«Γιατί συνιστούν οι Άγιοι Πατέρες να λέμε "Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησον με" και όχι "ελέησον ημάς", όπου το "ημάς" συμπεριλαμβάνει και τους άλλους; Δεν είναι εγωιστικό να νοιαζόμαστε μόνο για τον εαυτό μας, αδιαφορώντας για τους συνανθρώπους μας;»

πηγή:<http://imkka.blogspot.com>

Οι άγιοι Πατέρες προτιμούν να λέμε στον ενικό την ευχή, επειδή με τον λόγο "ελέησον με" (συχνά προσθέτουμε και "τον αμαρτωλών") δηλώνουμε συναίσθηση της αμαρτωλότητας μας, όπως και ο Δαβίδ στους ψαλμούς πολλές φορές βοά "ελέησον με", ενώ προσθέτει «ότι την ανομίαν μου εγώ γινώσκω» (Ψαλμ. ν' 5) και «την ανομίαν μου ἐγνώρισα και την ἁμαρτίαν μου οὐκ ἐκάλυψα» (Ψαλμ. λα' 5).

Το "ελέησον με" σημαίνει εξομολόγηση, αυτοέλεγχο, αυτομεμφία, αυτοσυναίσθηση της αμαρτωλότητας του προσευχομένου. Από τη συναίσθηση αυτή γεννιέται ή μετάνοια, ή συντριβή, οί στεναγμοί και τα δάκρυα, καθώς και πάλι μαρτυρεί ο προφητάναξ λέγοντας: «λούσω καθ' ἐκάστην νύκτα την κλίνην μου, εν δάκρυσί μου την στρωμνήν μου βρέξω» (Ψαλμ. στ'7). Λέγοντας, αδελφέ, τη μικρή αυτή ευχή ("Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησον με"), εάν επιθυμείς να γνωρίσεις καρποφορία, οφείλεις να στέκεσαι και συ ως άλλος Δαβίδ και ως άλλος Τελώνης. Ο τελευταίος από την πολλή συναίσθηση και το στήθος ακόμη χτυπούσε, φωνάζοντας: «ό Θεός, ἰλάσθητί μοι τω Αμαρτωλώ!» Κατέβηκε δε αυτός δικαιομένος παρά ο "δίκαιος" Φαρισαίος, κατά τη μαρτυρία του Κυρίου (Λουκ. ιη'14).

Και δεν αδιαφορούμε για τους άλλους. Ίσα-ίσα, επειδή νοιαζόμαστε για τους άλλους, φροντίζουμε τόσο πολύ για τον εαυτό μας. Άκουσε πάλι παράδειγμα: Ας υποθέσουμε ότι είσαι άσημος και μόνος. Ξαφνικά, έρχεται κάποιος φίλος σου το ίδιο άσημος και μόνος, όπως εσύ. Πέφτει στα πόδια και σε παρακαλεί: «Φίλε μου, σε παρακαλώ, τρέξε στους ισχυρούς να παρακαλέσεις για μένα. Έχω μεγάλη ανάγκη». Τι θα κάνεις; Όσο συνδέεται ο φίλος σου με τους ισχυρούς, άλλο τόσο τους ξέρεις και συ. Τι βοήθεια να προσφέρεις; Ασφαλώς τίποτε. Αν όμως αγαπάς πραγματικά τον φίλο σου, αλλά και κάθε άλλο συνάνθρωπο, θα προβληματιστείς σοβαρά. Θα σκεφθείς: «Είναι ανάγκη να συνδεθώ οπωσδήποτε με τους αρμοδίους. Πρέπει να βοηθήσω. Θα τρέξω λοιπόν στην πόλη" θα σπυδάσω" θα μορφωθώ" θα αποκτήσω θέσεις, φήμη και καλό

όνομα. Σιγά-σιγά θα συνδεθώ με τους ισχυρούς και τότε θα μπορώ άνετα να πετύχω αυτά που θέλω». Τώρα, νομίζω, κατάλαβες Τι εννοώ. Αν θέλεις λοιπόν και συ να βοηθήσεις πνευματικά τους συναθρώπους σου, φρόντισε πρώτα να συμφιλιωθείς ό ίδιος με τον παντοδύναμο Σωτήρα Χριστό με μετάνοια, με εξομολόγηση και να λες μαζί με τον Δαβίδ "ελέησον με!" «Ωραία», θα μου πεις. «Να κάνω έτσι.

Ας υποθέσουμε ότι συμφιλιώθηκα και εγώ με τον Κύριο Ιησού Χριστό. "Ε, τότε, από δω και πέρα δεν είναι εγωισμός να συνεχίσω να προσεύχομαι για τον εαυτό μου λέγοντας "ελέησον με" και όχι "ελέησον ημάς"; Σωστή ή παρατήρηση σου, άκουσε όμως και την εξήγηση. Ό Απόστολος Παύλος γράφει: «Καθάπερ γαρ το σώμα εν εστί και μέλη έχει πολλά... ύμεις δε έστε σώμα Χριστού και μέλη εκ μέρους» (Α' Κορ. ιβ' 12,27). "Όστε, κατά τον "Απόστολο, «όσοι εις Χριστόν εβαπτίσθημεν» αποτελούμε μέλη ενός σώματος, του οποίου κεφαλή είναι ό Χριστός. Λέει πάλι ό μέγας Παύλος: «είτε πάσχει εν μέλος, συμπάσχει πάντα τα μέλη, είτε δοξάζεται εν μέλος, συγχαίρει πάντα τα μέλη» (Α' Κορ. ιβ'26).

Για παράδειγμα, αν ό Κώστας νίκησε στα 100 ή στα 400 μέτρα και βραβεύτηκε, δεν θα δώσουμε συγχαρητήρια στα πόδια του Κώστα, αλλά στον ίδιο τον άνθρωπο. Αν πάλι τυχόν χτύπησε στον αγώνα το πόδι του, τότε δεν πονάει μόνο το πόδι, αλλά πονάει ολόκληρος. Το ίδιο και στα πνευματικά. Αν ένα μέλος της Εκκλησίας αγιάζεται με τους πνευματικούς του αγώνες, ή ωφέλεια είναι άμεση για όλα τα μέλη της Εκκλησίας μας, εφόσον αποτελούμε ένα σώμα. Ό αγιασμός αντανακλά σε όλο το σώμα της Εκκλησίας. Όποιος γεμίσει μέσα του με την ευχή του Ιησού μοιάζει με τα ουράνια σώματα. Ό ήλιος, για παράδειγμα, είναι αυτόφωτος, αλλά ή σελήνη είναι ετερόφωτη. Καθώς λοιπόν ή σελήνη παίρνει το φως του ήλιου, το διοχετεύει και φωτίζει τη ζοφερή νύχτα, έτσι γεμίζει και ό προσευχόμενος με το άδυτο φως του Ήλιου της Δικαιοσύνης Χριστού και το μεταδίδει και στους «εν σκότει και σκιά θανάτου καθεύδοντας αδελφούς του». Άλλα, όπως ή σελήνη απλώνεται σε όλη τη γη, όμως τα πυκνά νέφη αναχαιτίζουν το φως της, έτσι και ό άνθρωπος που ζει ή επιμένει στην αμαρτία καλύπτεται από ένα σύννεφο, το όποιο σκοτίζει τον νου του και δεν μπορεί να δεχθεί μέσα του το φως της νοητής σελήνης.

Αν και συ, αδελφέ, δεν βλέπεις μέσα σου το φως του νοητού ήλιου και της σελήνης, δεν φταίει ό ήλιος ούτε ή σελήνη. Φρόντισε με τη μετάνοια να διαλύσεις τα ζοφερά νέφη και τότε θα δεχθείς άπλετο το φως των προσευχών των Αγίων μέσα σου. Και αυτές είναι εμπειρίες, που μόνος σου θα διαπιστώσεις. Πρόκειται για τα θαύματα που βλέπει μέσα του ό κάθε αγωνιζόμενος πιστός.

Ό Άγιος Σιλουανός του Άθω γράφει ότι, όσο στη γη υπάρχουν Άγιοι, ό κόσμος θα στέκει. Εάν ή γη σταματήσει να παράγει Αγίους, τότε έφθασε στο τέλος της. Όταν ένας Άγιος λέει με ταπεινώση και με αίσθημα άμαρτωλότητας το "ελέησον με", αυξάνει μεν σε αγιασμό, αυξάνει όμως και ή παρρησία του ενώπιον του Θεού. Άλλα έχοντας συνείδηση ότι αποτελεί μέλος ενός σώματος και βλέποντας ότι τα περισσότερα μέλη του σώματος, δηλαδή οι περισσότεροι αδελφοί του Χριστιανοί, λόγω της αμαρτίας ασθενούν βαριά, τότε αναλαμβάνει στον εαυτό του τα βάρη των αδελφών και στενάζει σαν να είναι δικά του τα αμαρτήματα των άλλων. "Αν μάλιστα πάσχουν και άλλα μέλη από σωματική ή ψυχική ασθένεια, τότε συμπάσχει.

Η ευχή "Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησον με" είναι το ρεύμα που φορτίζει την μπαταρία. Πηγή είναι ό Χριστός, μπαταρία είναι ή καρδιά του ανθρώπου. Με τη μικρή αυτή ευχή ή καρδιά φορτίζεται με Χριστό, φορτίζεται συνεπώς με

χριστιανικές αρετές, φορτίζεται με ζήλο, με πόθο, με ερωτά Χριστού. Πολύ φορτίζεται; Πολύ γεμίζει, πολύ χριστοποιείται. Μάλιστα σε τέτοιο βαθμό, πού να αποκτά, κατά τον όρο των αγίων Πατέρων, τον "μανικόν ένθεον έρωτα". Όμως ό θείος αυτός έρωτας, κατά τους Πατέρες, έχει διπλή ιδιότητα: όσο περισσότερο αγαπάμε τον Θεό, τόσο περισσότερο αγαπάμε και την εικόνα Του, δηλαδή τον άνθρωπο" και όσο περισσότερο συμφιλιωθούμε με τον Δημιουργό μας, τόσο περισσότερο βοηθούμε και το δημιούργημα Του, τον συνάνθρωπο. Λέγοντας ένας Άγιος την ευχή, στο "ελέησον με" περιλαμβάνει πολλά.

"ελέησον με", εννοεί: «Στήριξέ με στην οδό του αγιασμού, όπου Εσύ με οδήγησες, μην τυχόν και πέσω», κατά τον Απόστολο. "ελέησον με", εννοεί: «Φώτισε με, οδήγησε με». "ελέησον με", εννοεί: «Βλέπεις την αγάπη μου, τη συμπόνια μου υπέρ των αδελφών μου. Ω Κύριε, παρακαλώ, μνήσθητι πεινώντων και διψώντων, μνήσθητι όσων πάσχουν ψυχικά και σωματικά, από καρκίνο, από εγκεφαλικά, από καρδιοπάθειες, από ψυχασθένειες, από διάφορες δαιμονικές επιδράσεις. Μνήσθητι όσων κινδυνεύουν από όλα αυτά και από κάθε ενέδρα του εχθρού. Φύλαξε τους οικείους, τους συγγενείς, τους ομοπίστους, τους ομογενείς και όλο τον κόσμο Σου από κάθε επιβουλή του αντικειμένου». "ελέησον με", εννοεί: «Μνήσθητι πάσης επισκοπής Χριστιανών Ορθοδόξων και παντός του ιερού κλήρου και φώτισε να ορθοτομούν τον λόγον της αληθείας». Ακόμη, «μνήσθητι πάντων των έντειλαμένων εύχεσθε υπέρ αυτών και ιδιαίτέρως όσων έχουν ειδική ανάγκη». Αν θέλεις, θα σου πω και κάτι άλλο, καθώς το έμαθα από τον αείμνηστο Γέροντα μου. «Πολλές φορές», έλεγε, «ή μπαταρία γεμίζει και ξεχειλάει». Τότε παύει αυτή ή ευχούλα και ως άλλος οδηγός φωτίζει τον νου Ή ψυχή αισθάνεται έντονα τη Θεία Παρουσία, τα μέλη παραλύουν και, πέφτοντας στα πόδια του γλυκύτατου Ιησού, αναλύεται σε έναν ποταμό δακρύων. Άλλοτε πάλι, σιωπά από δέος και θαυμασμό ή ψελλίζει ερωτικά ό,τι τη στιγμή εκείνη τη διδάσκει ό ένθεος έρωτας, δηλαδή το Πανάγιο Πνεύμα. Και αφού κορεσθεί ή ψυχή από θεία αγάπη, τότε αυτή ή ίδια αγάπη, με τη διπλή της ιδιότητα, στρέφει το βλέμμα προς τους αδελφούς της. Τι ευκαιρία! Είναι μοναδική ή ευκαιρία τώρα πού κρατά στα χέρια τον Ποθούμενο και Παντοδύναμο. Και λέει: «Ω γλυκύτατε Ιησού, φως της ψυχής μου, ό μόνος πραγματικός έρωσ! Εγώ μεν αισθάνομαι αυτή τη στιγμή ελεημένος και πανευτυχής, όμως ένα κέντρο με κεντά. Μαζί με την αγάπη, έχω μέσα μου έναν άλλο τόσο πόνο. Βλέπω τους αδελφούς μου, βλέπω την Εκκλησία μας, βλέπω τους ανθρώπους πού πάσχουν, και δεν αντέχω. Συμπονώ και συμπάσχω. Γι' αυτό σε ικετεύω, ως Πανάγαθος και Παντοδύναμος, βοήθησε τους. Φταίνε; Το παραδέχομαι. Και ζητώ συγγνώμη. Ομολογώ το "ήμαρτον". Μέλη του σώματος μου είναι. Συνυπεύθυνος είμαι. Άλλά κρούω το έλεος και την άπειρη φιλανθρωπία σου. Βοήθησε! Βοήθησε!»

Να, αγαπητέ μου, πώς ή αγάπη μας ενώνει εν Χριστώ με όλα τα μέλη της Εκκλησίας μας και πώς, με τίς προσευχές των Αγίων και όσων αγωνίζονται τον καλό αγώνα, βοήθα ό Κύριος και τα υπόλοιπα ασθενή μέλη, για τα όποια ανέχεται, μακροθυμεί και αναμένει όλων τη μετάνοια για τη σωτηρία. Είδες, αυτές μόνο οι πέντε λέξεις της ευχούλας, που μπορούν να ανεβάσουν τον άνθρωπο; Ευχήσου και για μένα τον ράθυμο, αλλά και για όλους τους εν Χριστώ αδελφούς μας, να χτυπάμε ασταμάτητα την πόρτα του ελέους του Κυρίου μας, σίγουροι ότι θα τηρήσει την υπόσχεση Του, όταν είπε: «κρούετε, και ανοιγήσεται ύμίν» (Λουκ. ια' 9) και «ό πιστεύων έπ' αύτω ου μη καταισχνηθη» (Α' Πέτρ. β' 6). Αμήν.

Πως να φτιάξετε ένα Ορθόδοξο Κομποσχοίνι.Υλικά και κατασκευή του με φωτογραφίες.

Πως να φτιάξετε ένα Κομποσχοίνι **πηγή:Ιερός ναός Αγίου Αθανασίου Φιλιατρών**

<http://www.athanfil.gr/wb/>

Το Ορθόδοξο κομποσχοίνι είναι ουσιαστικά διαφορετικό από το Ρωμαιοκαθολικό Rosary. Μας βοηθά στην προσευχή και υπάρχει σε 33, 50 και 100 κόμπους. Συνήθως υπάρχουν χάντρες ανά 25 κόμπους σε κομποσχοίνια μεγαλύτερα από 33 κόμπους.

Το δέσιμο αυτών των κόμπων είναι κατά κάποιο τρόπο ένα είδος τέχνης. Μου το έδειξε για πρώτη φορά ο Δημήτρης Σαμπαζιώτης γιος του Ιερέα Κωνσταντίνου Σαμπαζιώτη και βρήκα περισσότερες πληροφορίες στο διαδύκτιο και πιο συγκεκριμένα στην ιστοσελίδα του Martin D. Watt.

Πριν ξεκινήσετε θα σας συμβούλευα να τυπώσετε αυτή τη σελίδα και να τη διαβάσετε λεπτομερώς. Θα πρέπει επίσης πριν ξεκινήσετε να επιλέξετε τα υλικά που αναφέρονται παρακάτω.

ΥΛΙΚΑ

Υπάρχουν δύο βασικά υλικά που χρησιμοποιούνται για την κατασκευή κομποσχοινιών. Η χοντρή μεταξωτή κλωστή που συνήθως υπάρχει σε καταστήματα που πουλάνε κεντήματα ή μαλλί που χρησιμοποιούν για πλέξιμο. Αν η κλωστή είναι αρκετά χοντρή περίπου 2 χιλιοστά θα μπορείτε να φτιάξετε ένα κομποσχοίνι με 33 κόμπους που θα ταιριάζει σε ένα καρπό του χεριού ενός άντρα. Αν το πάχος είναι αρκετά λεπτότερο, περίπου 1 χιλιοστό θα ταιριάζει σε ένα γυναικείο ή παιδικό καρπό.

Επίσης θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε και νάilon σπάγκο 2 χιλιοστών που χρησιμοποιούν στο ψαροντούφεκο. Είναι πολύ ανθεκτικός, δεν κόβετε και θα σας βοηθήσει πολύ στο πλέξιμο των κόμπων ειδικά αν είστε αρχάριος. Μπορείτε να το βρείτε σε οποιοδήποτε κατάστημα με είδη αλιείας.

Θα χρειαστείτε επίσης μερικές χάντρες με μέγεθος τρύπας που να χωράει ίσα-ίσα δύο νήματα ανάλογα με το υλικό που χρησιμοποιείτε. Για τα μεγάλα κομποσχοίνια θα χρειαστείτε μία χάντρα ανά 25 κόμπους.

Επίσης θα χρειαστείτε μία σακοράφα, μία βελόνα ραψίματος, λίγη κλωστή ίδιο χρώμα με το σπάγκο που χρησιμοποιείτε ή κλωστή κεντήματος. Καλό θα ήταν να έχετε και λίγη κόλλα για υφάσματα ή κόλλα στιγμής που μπορείτε να χρησιμοποιήσετε στα τελειώματα και στις φούντες.

Θα χρειαστείτε περίπου 5 μέτρα σπάγκου 2 χιλιοστών για ένα κομποσχοίνι 33 κόμπων.

ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ

Ξεκινήστε με το να ζητήσετε από το Θεό να ευλογήσει το έργο σας.

Πάρτε το σπάγκο και διπλώστε τον στη μέση. Δέστε ένα πρόχειρο κόμπο (που θα λυθεί εύκολα αργότερα) περίπου 50 εκατοστά από το σημείο που διπλώσατε το σπάγκο στη μέση ή κοντά στην άκρη αν θα το φτιάξετε με χάντρα.



Θα χρησιμοποιήσουμε το αριστερό μας χέρι για να τυλίξουμε τον κόμπο. Τοποθετείστε το δείκτη μπροστά από τον πρόχειρο κόμπο που φτιάξατε, και αφήστε τα δύο νήματα του σπάγκου να κρέμονται ένα σε κάθε πλευρά του δείκτη πάνω στην παλάμη σας η οποία θα πρέπει να παραμένει πάντα ανοιχτή.



Βεβαιωθείτε ότι ο αρχικός κόμπος δε μετακινείται και βρίσκεται πάντα πίσω από το δείκτη και το πλέξιμο καθ' όλη τη διαδικασία είναι αρκετά χαλαρό. Απλά μετά από κάθε πέρασμα τραβήξτε ελαφρά τις δύο άκρες που κρέμονται.

Πάρτε το δεξί νήμα και τυλίξτε το γύρω από τον αντίχειρα δεξιόστροφα. Θα περάσει πρώτα κάτω από τον αντίχειρα, μετά αριστερά και τέλος από επάνω για να το αφήσετε να κρέμεται δεξιά του.



Έχοντας πάντα την παλάμη να κοιτάζει προς το μέρος σας πιάστε το νήμα στη βάση αριστερά

του αντίχειρα και τραβήξτε να περάσει πάνω από το μεσαίο δάχτυλο και να καθήσει στη βάση του μέσου δίχως να μετακινηθεί το υπόλοιπο νήμα από τον αντίχειρα.



Αν τραβήξετε τις δύο άκρες που κρέμονται θα δείτε ότι σχηματίζετε ένα «χ» από τον αντίχειρα μέχρι το δείκτη και από κάτω κρέμεται το αριστερό από τα δύο νήματα.



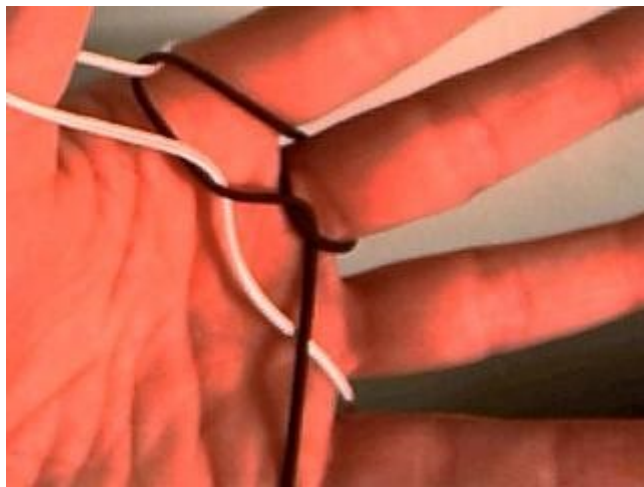
Πιάνουμε αυτό το νήμα από τη δεξιά πλευρά του «χ» που περιγράψαμε και το τραβάμε λίγο προς το μέρος μας.



Έπειτα κατεβάζουμε τον αντίχειρα να απελευθερωθεί από το προηγούμενο νήμα που τον τολίγει και τον τοποθετούμε μέσα στο νήμα που κρατάμε με το δεξί μας χέρι.

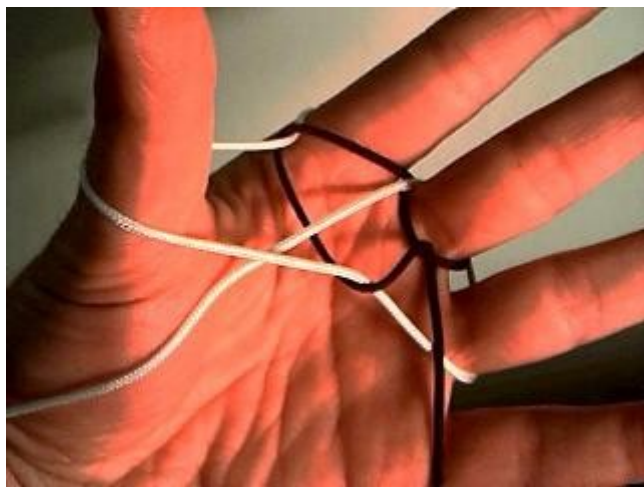


Τραβάμε πάλι ελαφρά τα δύο νήματα που κρέμονται. Πιάνουμε το αριστερό νήμα περνώντας το χέρι μας κάτω από το δεξί νήμα, το περνάμε ανάμεσα στον μικρό και τον παράμεσο,

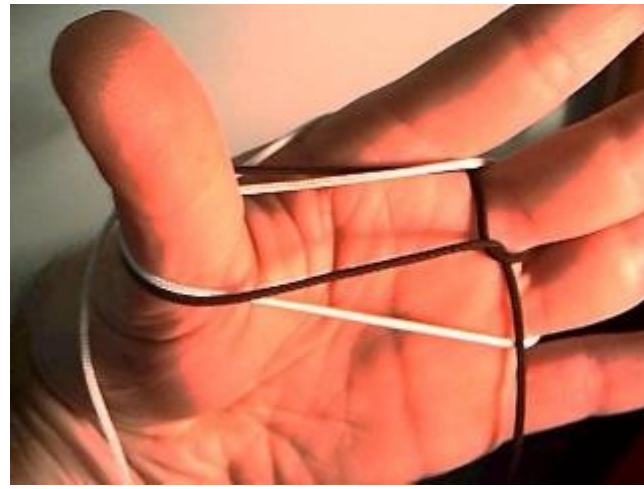
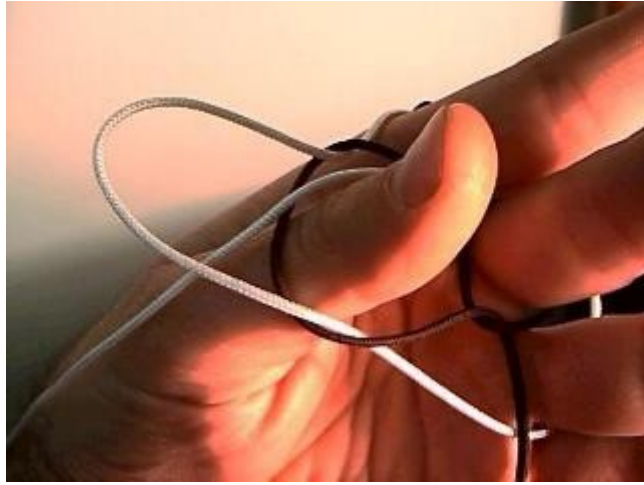


έπειτα ανάμεσα στον μέσο και το δείκτη και τέλος το περνάμε πίσω από το νήμα που είναι μπροστά μας στο κάτω μέρος του αντίχειρα.

Τραβάμε πάλι ελαφρά προς τα αριστερά και βλέπουμε πάλι να σχηματίζεται ένα «χ» πάνω στην παλάμη ανάμεσα στον αντίχειρα και το δείκτη.



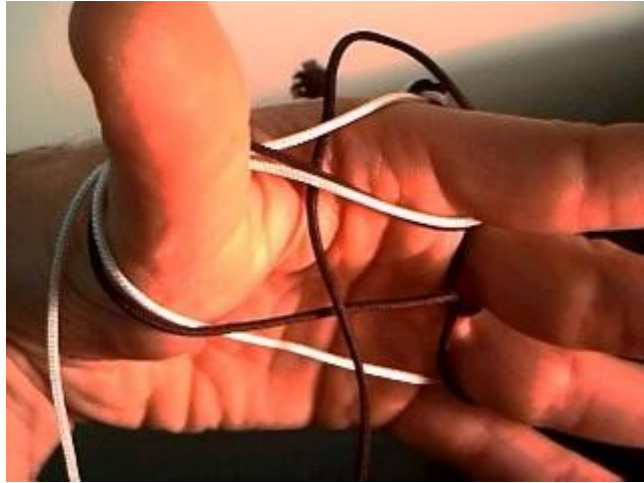
Πιάνουμε αυτό το «χ» στο κέντρο του, με τον αντίχειρα του δεξιού μας χεριού αριστερά από το «χ» και το δείκτη δεξιά από το «χ». Έπειτα το τραβάμε προσεκτικά προς τη μεριά μας να σηκωθεί λίγο από την παλάμη και έπειτα αριστερά και το περνάμε πίσω από τον αντίχειρα.



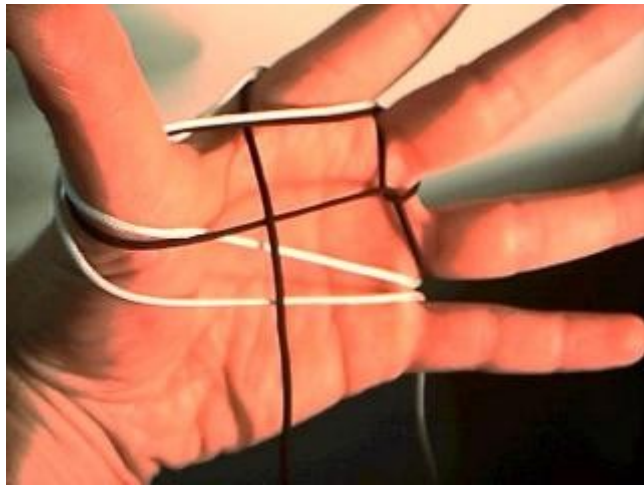
Έπειτα παίρνουμε το δεξί νήμα, το περνάμε πίσω από τον παράμεσο και τον μέσο, έπειτα ανάμεσα στον μέσο και το δείκτη



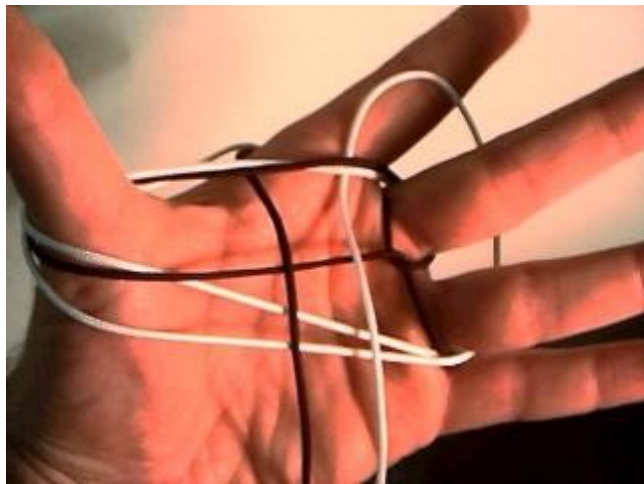
και τέλος κάτω από τα τρία νήματα που είναι στο πάνω μέρος του αντίχειρα.



Τραβάμε πάλι ελαφρά. Πιάνουμε το αριστερό νήμα περνώντας το χέρι μας κάτω από το δεξί νήμα, το περνάμε ανάμεσα στον μικρό και τον παράμεσο,



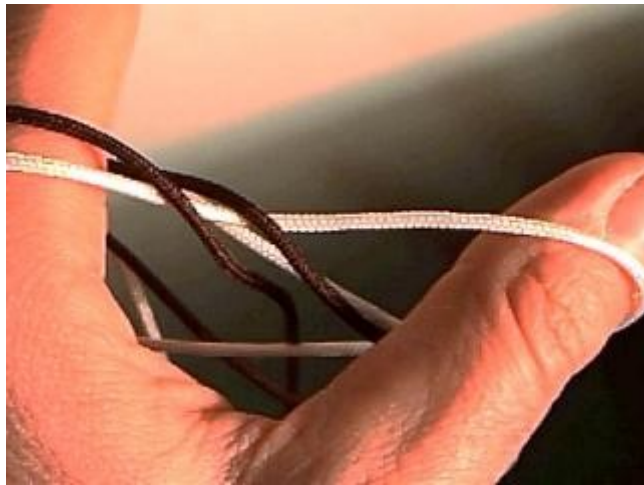
έπειτα ανάμεσα στον μέσο και το δείκτη και τέλος το περνάμε πίσω από τα τρία νήματα που είναι μπροστά μας στη βάση του δείκτη.



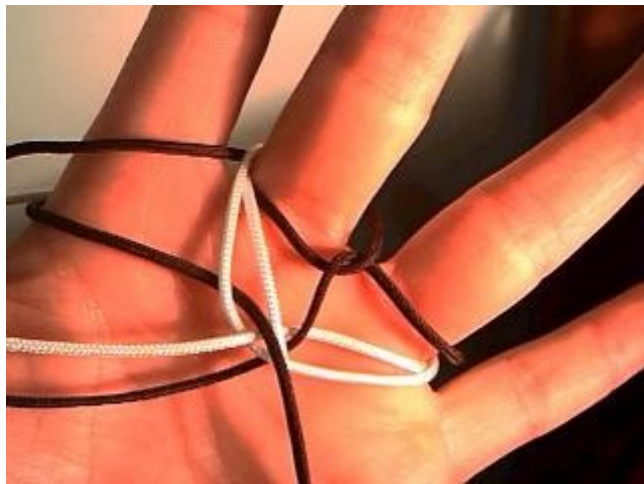
Έπειτα βρίσκουμε πίσω από τον αντίχειρα πιο από τα νήματα καταλήγει στον πρόχειρο κόμπο με τον οποίο ξεκινήσαμε και το τραβάμε ελαφρά προς το μέρος μας.



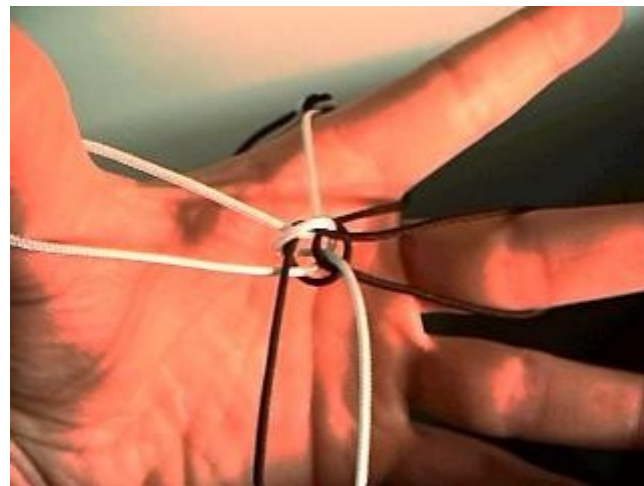
Απελευθερώνουμε τον αντίχειρα από τα υπόλοιπα νήματα και τοποθετούμε το νήμα που μόλις τραβήξαμε πάλι στη θέση που ήταν στον αντίχειρα.



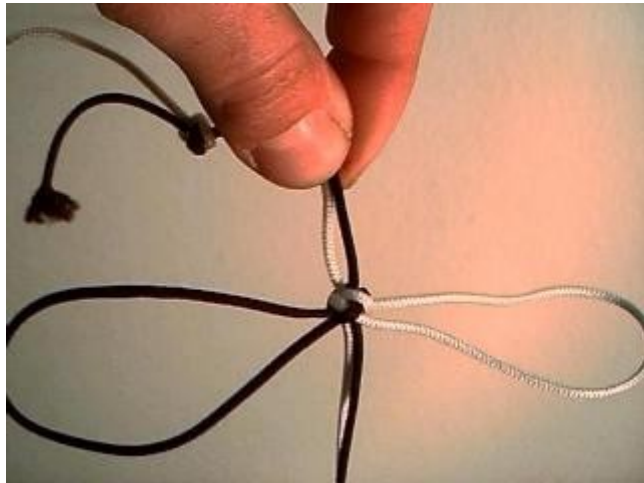
Έπειτα, τραβάμε λίγο προς το μέρος μας το νήμα που τυλίγει τον μέσο. Το κρατάμε συνεχώς και απελευθερώνουμε τα υπόλοιπα νήματα από τον μέσο και τον παράμεσο.



Τοποθετούμε το νήμα που κρατάμε πάλι στον μέσο και τραβάμε τα νήματα μέχρι να σχηματιστεί ένας κόμπος στη μέση της παλάμης μας.



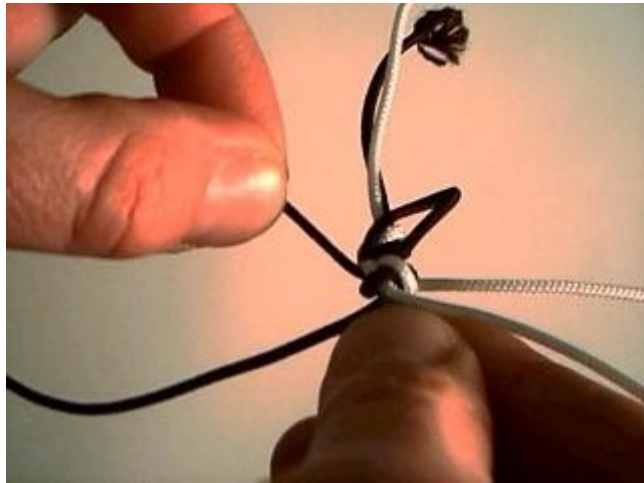
Απελευθερώνουμε όλα τα δάχτυλα και έτσι θα έχουμε τρεις καμπύλες, δύο άκρες να κρέμονται και στη μέση ο κόμπος.



Παίρνουμε τη μία καμπύλη και τραβάμε μία από τις δύο πλευρές τις για να βρούμε πιο νήμα καταλήγει στον πρόχειρο κόμπος. Το τραβάμε όλο μέχρι να κατέβει ο πρόχειρος κόμπος και να ακουμπήσει τον κόμπος που έχει σχηματιστεί.



Επαναλαμβάνουμε το ίδιο και για την άλλη καμπύλη.

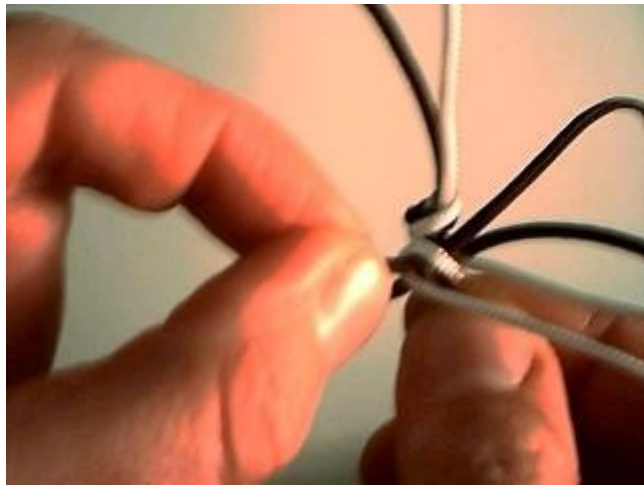
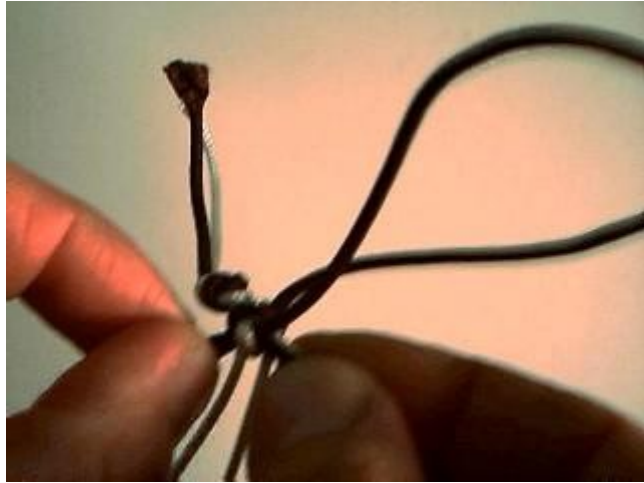


Κρατάμε τον κόμπο σφικτά από τη βάση που καταλήγουν τα δύο ελεύθερα νήματα και βρίσκουμε μέσα στον κόμπο ποιο είναι το νήμα που καταλήγει στο άλλο νήμα της καμπύλης, που δεν τραβήξαμε προηγουμένως.

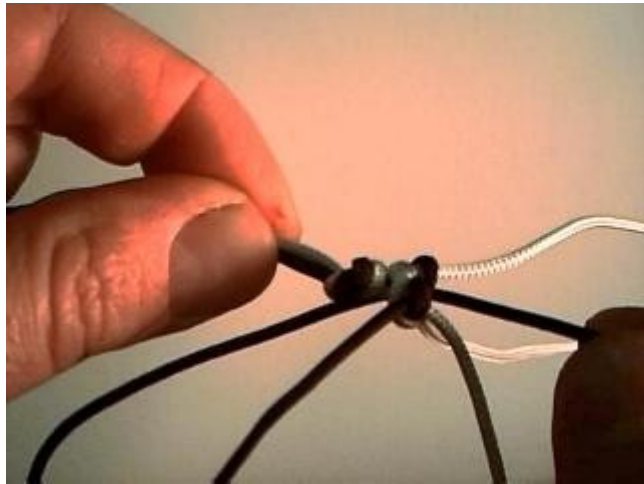
Το τραβάμε προσεκτικά μέχρι η καμπύλη να τελειώσει και να σχηματιστεί ξανά από το νήμα που τραβάμε.



Επαναλαμβάνουμε την ίδια διαδικασία για το ίδιο νήμα άλλες δύο φορές



και την τέταρτη φορά τραβάμε το ελεύθερο νήμα που κρέμεται για να τελειώσει η καμπύλη μέσα στον κόμπο.



Θα ακολουθήσουμε την ίδια διαδικασία και για την άλλη καμπύλη και έτσι θα έχει σχηματιστεί ο πρώτος μας κόμπος.



Τώρα μπορείτε να λύσετε τον πρόχειρο κόμπο που φτιάξαμε στην αρχή και να ξεκινήσετε με υπομονή τον επόμενο κόμπο σας.

Ο ΚΟΜΠΟΣ ΤΗΣ ΕΝΩΣΗΣ

Όταν φτιάχετε 33 κόμπους ενώνουμε τα τέσσερα νήματα που περισσεύουν, δύο από την κάθε πλευρά του κομποσχοινιού, και με τον ίδιο τρόπο φτιάχνουμε τον κόμπο της ένωσης μόνο που αυτή τη φορά αντί για ένα νήμα θα έχουμε να τραβάμε δύο την κάθε φορά. Ξεκινάμε τοποθετώντας τον κόμπο της κάθε πλευράς πίσω από το δείκτη.

Μην ξεχνάτε ότι το κομποσχοίνι αποτελείται από 33 κόμπους συν τον κόμπο της ένωσης τον οποίο δε μετράμε στις προσευχές μας. Επίσης αντί για τον κόμπο της ένωσης θα μπορούσατε να ράψετε τις δύο άκρες τοποθετώντας μία χάντρα πριν φτιάξετε τον 18 κόμπο και να ράψετε προσεκτικά του δύο τελευταίους κόμπους.

Καλή επιτυχία!

Η ΕΥΧΗ ΤΟΥ ΙΗΣΟΥ-ΕΠΙΚΛΗΣΗ ΤΟΥ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΥ ΘΕΟΥ.

Η ευχή του Ιησού

Αρχμ. Ζαχαρίου,

**Ιερά Πατριαρχική και Σταυροπηγιακή Μονή Τιμίου Προδρόμου Έσσεξ
Αγγλίας**

Πηγή:<http://www.apostoliki-diakonia.gr>

«Η ευχή του Ιησού είναι η κατ' εξοχήν άσκηση του νου και της καρδιάς, το μέσο αγιασμού όλων των πιστών. Περιέχει ομολογία πίστεως στον Θεό και εξομολόγηση της πτώσεως του ανθρώπου, γι' αυτό και έχει πληρότητα.

Το όνομα Ιησούς δόθηκε με αποκάλυψη άνωθεν, είναι αναπόσπαστο από το πρόσωπο του Χριστού και η Θεοπρεπής επίκλησή του ζωοποιεί τη χαρισματική παρουσία του. Τοποθετεί τον άνθρωπο στην οδό του Κυρίου και τον απεργάζεται αχειροποίητο ναό της θεότητας.

Κατά την Κ. Διαθήκη η κλήση των πιστών συνίσταται στο να βαστάσουν το Όνομα του Ιησού Χριστού, το διαφορώτατο και υπέρ παν όνομα.

Η επίκληση αυτού του ονόματος ενοποιεί τον όλο άνθρωπο: νου, καρδιά και σώμα. Τούτο κατορθώνεται με την κατάβαση του νου στην καρδιά, αφού

πρώτα σταυρωθεί από τα ευαγγελικά προστάγματα.

Η ευχή του Ιησού είναι άκρως δημιουργική:

α) Κρατά το πνεύμα του ανθρώπου σε ελαφή με το Πνεύμα του Κυρίου. Ελευθερώνει τον πιστό από το σαρκικό φρόνημα και τον κατεργάζεται στόχο της επισκοπής του Κυρίου.

β) Επικεντρώνει την προσοχή αποκλειστικά στη σκέψη του Θεού και παρέχει τη διάκριση των νοημάτων του Θεού από τα επινοήματα του σατανά.

γ) Με την ευχή αυτή ο ασκητής αρπάζει εκείνα τα νοήματα, που διευρύνουν την καρδιά και συντελούν στον αγιασμό.

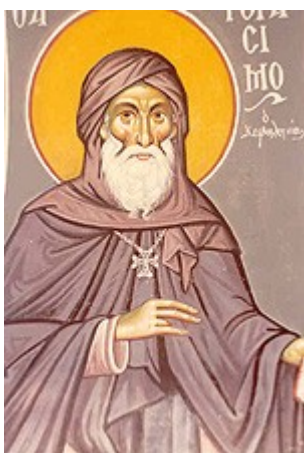
δ) Η νήψη πραγματοποιείται φυσιολογικά, γιατί Εκείνος που βασιλεύει στην καρδιά είναι μείζων αυτού που είναι στον κόσμο.

ε) Περιορίζει τις αμαρτίες στο ελάχιστον και προετοιμάζει για θάνατο εν Κυρίω.

Η ριζική διαφορά του Χριστιανισμού από τις δοξασίες της Ανατολής έγκειται στο ότι η ευχή του Ιησού είναι θεμελιωμένη στην Αποκάλυψη του Ζώντος και Προσωπικού Θεού της Αγίας Τριάδος και η εμπειρία της διαφέρει και απέχει από εκείνη των ανατολικών θρησκειών, όσο απέχει το Πνεύμα του Θεού από τη σάρκα ή το Άκτιστο από το κτιστό».

Η ωφέλεια της νοεράς προσευχής!

Η ωφέλεια της νοεράς προσευχής



«Κύριε Ιησού Χριστέ ελέησόν με τον αμαρτωλόν»

πηγή:<http://www.impantokratoros.gr>

Επέρασαν χρόνια πολλά και από την απροσεξία του νοός μου η ψυχή μου εγένισε από αμαρτωλές συγκαταθέσεις πονηρών λογισμών, από φαντασίες, προλήψεις και πολλές άλλες επιθυμίες. Ο νους που είναι το φως της ψυχής εσκοτίσθη και η εικόνα της ψυχής μου εμολύνθη «ει ουν τοι φως το εν σοι σκότος εστί, το σκότος πόσον;» (Ματθ. στ' 23).

Η άβυσσος της ψυχής τώρα δεν ελέγχεται εύκολα. Οι αναθυμιάσεις και η δυσωδία που εξέρχεται εξ' αυτής προκαλούν θλίβριν, ακηδίαν και πνευματικήν αναίμια.

«Εκ γάρ της καρδίας εξέρχονται διαλογισμοί πονηροί, φόνοι, μοιχείαι, πορνείαι, κλοπαί, ψευδομαρτυρίαί, βλασφημίαι. Ταυτά έστι τα κοινούντα (=μολύνοντα) το

άνθρωπον» (Ματθ. ιε' 19).

Δια της ευχής όμως αρχίζει η αντίστροφος μέτρησις. Ο ιός της κακίας αποδιώκεται, οι συγκαταθέσεις περιορίζονται και το φως του νοός χαροποιεί τη ψυχή και ελέγχονται όλες οι κινήσεις αυτής.

Όταν λειτουργή η ευχή διακόπτεται κάθε πονηρός λογισμός και καταπαύει ο ψυχόλεθρος μετεωρισμός που διασκορπίζει εις τους δρόμους τον θησαυρόν τη ψυχής. Τότε η ψυχή μνημονεύει το γλυκύτετον του Κυρίου Όνομα. Τούτο γίνεται δια την ψυχήν πηγή πάσης χαράς και ευχαριστίας και δοξολογίας και αναβρύει θεία νοήματα τα οποία καθαρίζουν την συνείδησιν.

Γίνεται επομένως η ευχή το μοναδικόν της ψυχής ίαμα και δύναται η ψυχή να «αιχμαλωτίζη παν νόημα εις υπακοήν του Χριστού» (Β' Κορ. Γ' 6).

Πόσον αδικούμε την ψυχήν μας όταν αδιαφορούμε δια την λειτουργίαν της ευχής! Αφού η ευχή είναι ο μεγαλύτερος πλούτος της ψυχής, διατί η ψυχή να ευρίσκεται εις αυτήν την πνευματικήν πτωχείαν; Διατί να γίνεται καταγώγιον των πονηρών λογισμών; Διατί να αισθάνεται θλίψιν και πόνον και ταραχήν και ακηδίαν, αφού είναι εικόνα του Επουρανίου Βασιλέως; Διατί να κρύπτεται εντός αυτής ο πονηρός διάβολος και να κινή όλα τα νοήματα και τις δυνάμεις αυτής;

Η ωραιότητα της ψυχής εξαρτάται από την καθαρότητα αυτής, «πάσα η δόξα της θυγατρός του βασιλέως έσωθεν» (Ψαλ. 44,14). Η ευχή είναι ο καλύτερος φύλακας του οίκου της ψυχής και ο ασφαλέστερος χορηγός των θείων χαρισμάτων αυτής. Το γλυκύτετον του Κυρίου όνομα είναι η αρχή κάθε χάριματος και κάθε ευλογίας. Ο Κύριος είναι «η οδός και η αλήθεια και η ζωή (Ιωαν ιδ.'6) και «ο άρτος ο εκ του ουρανού καταβάς» (Ιωαν. στ' 58).

Είναι δυνατόν η ψυχή που ακολουθεί πιστά τον Κύριον να εκτραπή εκ της ευθείας οδού και να ευρεθή εις τα σκοτεινά και δαιδαλώδη της αμαρτίας καταγώγια; Και πως είναι δυνατόν αυτός που γεύεται τον ουράνιον άρτον να μην αποστρέφεται τα ηδονικά διανοήματα και παρασκευάσματα;

Διατί λοιπόν ψυχή μου αμελείς δια το ωφελιμώτατον τούτο έργον; Διατί αδιαφορείς δι' αυτόν τον ουράνιον πλούτον; Διατί δεν μεριμνάς δια την σωτηρίαν σου;

Δεν γνωρίζω εάν υπάρχει καλύτερος τρόπος να αισθανθή κανείς την αιωνιότητα από την νοερά προσευχή. Δι' αυτής ο νους απλώνεται παντού και η καρδιά γεύεται αισθητά τις καταστάσεις εις τις οποίες αναβιβάζεται δια του νοός. Δι' αυτής γίνεται θεωρός πολλών θεωρημάτων και σιωπηλά και με πολλή ταπεινώση παρακολουθεί ότι ο Θεός αποστέλλει εις την ψυχήν κατά την καθαρότητα αυτής. Δι' αυτής η ψυχή αισθάνεται την παρουσία του Θεού, ζή εν Θεώ και απολαμβάνει τις δωρεές της αισθήσεως αυτής.

Άρα η λειτουργία της ευχής, Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με, καλύπτει τα πάντα, και όταν αυτή λειτουργεί εις την καρδίαν, η ψυχή δεν έχει καμίαν άλλην ανάγκην, διότι ζή εν Θεώ και αναπαύεται εις την θεωρίαν αυτού.

Η γνησιότης των του νοός αναβάσεων προσυπογράφεται από την πηγή των δακρύνων.

* * *

Μερικές φορές η ψυχή μου κρύβει μέσα της πολλή αγάπη και θέλω να την στείλω και δεν γνωρίζω που να την στείλω. Και τότε την απευθύνω εις την Μανούλα μου, την Παναγία και την παρακαλώ αυτή να παρηγορήσει όποιον υποφέρει και βασανίζεται, όποιον τον πικραίνουν οι αυταρχικοί χαρακτήρες, όποιον φλέγουν τα πάθη.

Η αγάπη προς την Παναγία μας είναι κάτι το πολύ τρυφερό και άγιο. Δεν μπορείς να σκεφθής την Παναγία μας και να μη πλημμυρίσεις από συναισθήματα ιερά και άγια.

Η αγάπη προς την Παναγία μας διαπορθμεύει την ψυχή μας εις τον μέλλοντα αιώνα, δεν είναι εκ του κόσμου τούτου. Είναι κάτι που δεν εκφράζεται, αλλά σε κάνει να σκιρτάς από χαρά προς αυτή που είναι η κιβωτός της σωτηρίας και ταμείον των χαρισμάτων του Αγίου

Πνεύματος.

Υπεραγία Θεοτόκε, βοήθει μοι

Χοϊκή χειρ, μ. Αγορεύειτου

Εκδόσεις "Ορθόδοξος Κυψέλη" Θεσσαλονίκη