



## Το οξυγόνο της ψυχής

*«Διὰ τοῦτο λέγω ὑμῖν, πάντα ὅσα ἂν προσευχόμενοι αἰτεῖσθε, πιστεύετε ὅτι λαμβάνετε, καὶ ἔσται ὑμῖν. Καὶ ὅταν στήκητε προσευχόμενοι, ἀφίετε εἴ τι ἔχετε κατὰ τινος, ἵνα καὶ ὁ πατήρ ὑμῶν ὁ ἐν τοῖς οὐρανοῖς ἀφῆ ὑμῖν τὰ παραπτώματα ὑμῶν».*

*«Μὴ δὴ κύριε ἀλλ' ἔστω τὸ οὖς σου προσέχον εἰς τὴν προσευχὴν τοῦ δούλου σου καὶ εἰς τὴν προσευχὴν παίδων σου τῶν θελόντων φοβεῖσθαι τὸ ὄνομά σου».*

*«Νῦν κύριε ἔστωσαν δὴ οἱ ὀφθαλμοί σου ἀνεωγμένοι καὶ τὰ ὠτά σου ἐπήκοα εἰς τὴν δέησιν τοῦ τόπου τούτου».*

Το πρώτο και κύριο που έχουμε να πούμε για την προσευχή είναι ότι όποιος προσεύχεται συνομιλεί με το Θεό. Τι θα πει να είσαι άνθρωπος και να μιλάς στο Θεό ποιος δεν το ξέρει. Να εκφράσει όμως με λόγια αυτή την τιμή κανείς δεν το μπορεί. [...]

Η προσευχή σε χωρίζει από τα άλογα ζώα και σε ενώνει με τους αγγέλους. Κι ο άνθρωπος που αφιερώνει όλη του τη ζωή με επιμέλεια στις προσευχές και στη λατρεία του Θεού γρήγορα θα μετατεθεί στην πολιτεία των αγγέλων, στη δική τους την τιμή, την ευγένεια, τη σοφία και τη σύνεση. Τι πιο άγιο, πιο καλό, πιο ευγενικό και γεμάτο σοφία από τους συνομιλητές του Θεού; Αν αυτούς που μιλούν με τους σοφούς τους κάνει η συνεχής συναναστροφή να πάρουν γρήγορα κάτι από τη σοφία τους, τι θα μπορούσαμε να πούμε για κείνους που μιλούν με το Θεό και προσεύχονται; Πόση σοφία, πόση αρετή, και σύνεση και αγνότητα, πόση γλυκύτητα συμπεριφοράς τους γεμίζει η προσευχή και η δέηση; [...]

Νομίζω πως λέει την αλήθεια όποιος πει πως οι προσευχές είναι τα νεύρα της ψυχής. Το σώμα συγκρατείται με τα νεύρα και τρέχει και στέκεται όρθιο και ζωντανό και στέρεο. Αν κάποιος κόψει τα νεύρα, τότε καταστρέφει κάθε ισορροπία του σώματος. Έτσι και οι ψυχές στερεώνονται με τις άγιες προσευχές και στήνονται όρθιες και τρέχουν με ευκολία το δρόμο του Θεού. Κι αν αποστηθήσεις τον εαυτό σου από την προσευχή, είναι σαν να βγάζεις ένα ψάρι από το νερό. Όπως για το ψάρι ζωτικός χώρος είναι το νερό, για σένα ζωτικός χώρος είναι η προσευχή. Όπως το ψάρι γλιστράει στο νερό, έτσι και συ με την προσευχή μπορείς να πετάξεις, να διαπεράσεις τους ουρανούς και να βρεθείς κοντά στο Θεό.

Από το βιβλίο "Μικρή φιλοκαλία της καρδιάς"