

Η βραδινή προσευχή μετά από μια κουραστική μέρα.

του Οσίου Θεοφάνους του Εγκλείστου, Χειραγωγία στην πνευματική ζωή, Ι. Μ. Παρακλήτου.



Βραδινή προσευχή: «Το βράδυ, κατάκοπη καθώς είμαι από το μόχθο της ημέρας, δεν έχω όρεξη για προσευχή. Άλλωστε, γιατί να προσευχηθώ;...».

Μα πώς είναι δυνατό να μην έχει κανείς διάθεση επικοινωνίας με τον Κύριο, έστω και εξουθενωμένος σωματικά;

Μήπως οι οποιεσδήποτε διασκεδάσεις ξεκουράζουν τον άνθρωπο; Όχι, αυτές τον καταπονούν περισσότερο, ενώ η προσευχή έλκει τη θεία χάρη, που αναπαύει σώμα και ψυχή.

Δεν προσεύχεστε, λοιπόν... Ή είστε θυμωμένη με το Θεό ή πιστεύετε ότι δεν Τον έχετε ανάγκη. «Γιατί να προσευχηθώ;», αναρωτιέστε. Νιώθετε αυτάρκεια και αυτοϊκανοποίηση. Είστε χορτάτη! Και δεν θέλετε να ζητάτε...

Κάθε βράδυ, όσο κουρασμένη κι αν είστε, μην παραλείπετε να κατάφεύγετε σ' Εκείνον. Να προσεύχεστε γονατιστή ή καθισμένη. Και όταν μπορείτε, να σηκώνεστε όρθια.

Δεν έχει τόση σημασία ή στάση, φτάνει να προσεύχεστε.

Να ευχαριστείτε τον Κύριο για την ημέρα που πέρασε, όσο δύσκολη κι αν ήταν, να Τον παρακαλάτε για μια καλή νύχτα και να ζητάτε συγχώ-

ρηση με βαθειά μετάνοια για τα σφάλματά σας. Προσευχή τη νύχτα στο κρεβάτι.

Στη διάρκεια της νύχτας, όποτε ξυπνάτε για λίγο και πριν σας ξαναπάρει ο ύπνος, να προσεύχεστε έτσι όπως είστε ξαπλωμένος.

Αυτό δεν είναι κακό. Απεναντίας μάλιστα, αν συνηθίσετε να λέτε την ευχή ή κάποιον ψαλμό στα μεσοδιαστήματα του ύπνου, θα διώχνετε όλους τους κακούς λογισμούς, που σας πολεμούν εκείνη την ώρα.

Πηγή : <https://ieramonopatia.gr/>