Η αξία τής ευχής τού Αποδείπνου «Καί δός ἡμῖν Δέσποτα πρός ὕπνον ἀπιοῦσιν...» (Σεβ. Μητροπολίτης Μάνης Χρυσόστομος Γ’)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 24 Μαρτίου, 2023

Πρόκειται γιά τήν «**Εὐχή εἰς τόν Κύριον ἡμῶν Ἰησοῦν Χριστόν**», τήν ὁποία ἀναγιγνώσκουμε ἤ **ἀπαγγέλλουμε ἐνώπιον τῆς ἱερᾶς εἰκόνος τοῦ Χριστοῦ**, ὄρθιοι ἤ καί γονατιστοί. Τήν θαυμάσια αὐτή Εὐχή - Προσευχή συνέθεσε τόν 7ο αἰῶνα, ὁ λόγιος μοναχός Ἀντίοχος, τῆς λαύρας τοῦ Ἁγίου Σάββα στή Παλαιστίνη.

Ἀρχίζει ἡ Εὐχή μέ τήν φράση «***Καί δός ἡμῖν Δέσποτα πρός ὕπνον ἀπιοῦσιν, ἀνάπαυσιν σώματος καί ψυχῆς***». Δηλαδή, τώρα, ὅπου θά ὑπάγουμε γιά ὕπνο, δῶσε μας Κύριε καί Δέσποτα τῆς ζωῆς μας νά ἔχουμε ξεκούραση τοῦ σώματος καί τῆς ψυχῆς. Καί στή συνέχεια παρακαλοῦμε, νά μᾶς διαφυλάξει καί προστατεύσει καί ἀπό τόν ἄλλο ἐκεῖνο ὕπνο τῆς ἁμαρτίας. Λέγει ἡ Εὐχή: «***Καί διαφύλαξον ἡμᾶς ἀπό τοῦ ζοφεροῦ ὕπνου τῆς ἁμαρτίας***». Καί βέβαια, ὅταν ἀναγράφει, «ἀνάπαυσιν σώματος καί ψυχῆς» ἐννοεῖ τοῦ σώματος καί τῆς ζωῆς μας τήν ξεκούραση. Ὡστόσο, γιά νά καταστεῖ περισσότερον κατανοητή καί ἡ φράση «καί ψυχῆς» ὀφείλουμε νά ἔχουμε ὑπ’ ὄψιν μας, νά προσέξουμε τόν λόγο τοῦ Χριστοῦ, ὁ Ὁποῖος μᾶς λέγει: «*Δεῦτε πρός με πάντες οἱ κοπιῶντες καί πεφορτισμένοι, κἀγώ ἀναπαύσω ὑμᾶς*» (Ματθ. 11, 28), δηλαδή ἐλᾶτε κοντά μου ὅλοι ὅσοι μοχθεῖτε καί κοπιάζετε καί εἶσθε φορτωμένοι ἀπό τό βάρος τῶν ἁμαρτιῶν καί τῶν θλίψεων καί τῶν πλανῶν καί ἐγώ θά σᾶς ἀναπαύσω καί θά σᾶς ξεκουράσω. Στόν ἑπόμενο δέ ἀμέσως στίχο, διαβάζουμε ὅ,τι μᾶς λέγει πάλιν ὁ Κύριος «*ἄρατε τόν ζυγόν μου ἐφ' ὑμᾶς καί μάθετε ἀπ' ἐμοῦ, ὅτι πρᾶός εἰμι καί ταπεινός τῇ καρδίᾳ καί εὑρήσετε ἀνάπαυσιν ταῖς ψυχαῖς ἡμῶν*» (στίχ. 29). Δηλαδή, σηκώσατε πάνω σας τόν ζυγόν τῆς ὑπακοῆς σας σέ μένα καί μάθετε ἀπό ἐμέ τόν ἴδιον ὅτι εἶμαι πρᾶος καί ταπεινός κατά τήν καρδίαν καί θά εὕρετε τότε ἀνάπαυση καί εἰρήνη στίς ψυχές σας. Ἔτσι μ' ἄλλους λόγους τήν ἀνάπαυση τῆς ψυχῆς μας, τήν ξεκούραση ἀπό τίς δυσκολίες καί τούς ποικίλους κόπους τοῦ καθ' ἡμέραν βίου μας, ὁ Κύριος θά ἔλθει καί θά τήν δώσει μέ τήν μέριμνά Του, δηλαδή θά μᾶς ξεκουράσει, ὅταν βέβαια καί ἐμεῖς τόν ἀκολουθήσουμε στήν πραότητα καί τήν ταπείνωση. Κατ’ ἀκολουθίαν, καταλαβαίνουμε ὅτι **ἡ ἀνάπαυση ἀναφέρεται στόν ἐσωτερικό κόσμο τοῦ ἀνθρώπου** γιά τόν ὁποῖο χρησιμοποιοῦνται καί ἄλλες λέξεις σέ ἄλλα χωρία τῆς Καινῆς Διαθήκης, ὅπως «πνεῦμα» (Α' Κορ. 16, 18, Β' Κορ. 7, 13), «σπλάγχνα» (Φιλήμ. 7,20), «ψυχή» ἐδῶ ὅπως ὅπου **ὡς ἀνάπαυσις νοεῖται ἡ ἀναψυχή, ἡ ψυχική**

ἠρεμία καί γαλήνη (ἑρμηνεία καθ. Γ. Γαλίτη). Ἡ ἔννοια βέβαια τῆς ψυχῆς δέν ἀφίσταται καί ἀπό τήν δωρεά τοῦ Θεοῦ, τό χάρισμα τῆς «ἀνάπαυσης» τῆς αἰωνίου ζωῆς.

Στήν συγκεκριμένη, λοιπόν, Εὐχή τοῦ Ἀποδείπνου, ὅπως διαπιστώνουμε, κεντρικό θέμα εἶναι ὁ ὕπνος. Ὁ ὕπνος, ὁ σωματικός καί ὁ πνευματικός. Ὁ ὕπνος τοῦ σώματος καί ὁ ζοφερός ὕπνος τῆς ἁμαρτίας. Βέβαια κάμνει ἰδιαίτερη ἐντύπωση ὅτι θέμα τῆς προσευχῆς εἶναι ὁ ὕπνος. Ἀλλά ἐάν σκεφθοῦμε ὅτι ὑπάρχουν πολλοί συνάνθρωποί μας, οἱ ὁποῖοι δυσκολεύονται νά κοιμηθοῦν, κατά τό δή λεγόμενον «δέν ἔχουν ὕπνο», ὑποφέρουν ἀπό ἀϋπνία καί δυσανασχετοῦν, τότε καταλαβαίνουμε, πόση ἀξία ἔχει ὁ ὕπνος γιά τόν ἄνθρωπο. Ἡ ἀϋπνία εἶναι μία σοβαρή ἀσθένεια πού καταστρατηγεῖ τήν ὑγεία. Μέ ἄλλα λόγια, δέν βρίσκει ξεκούραση τό σῶμα, πού τήν ἔχει τόσο ἀνάγκη ἀπό τόν κάματο τῆς ἡμέρας. Μάλιστα, πολλοί ἀναγκάζονται καί χρησιμοποιοῦν ἀκόμη καί χάπια γιά νά μπορέσουν, κάπως, νά κοιμηθοῦν.

*

Ὡστόσο ὑπάρχει καί ὁ **ἄλλος ὕπνος, ὁ πνευματικός. Αὐτός εἶναι τῆς ἁμαρτίας ὁ ὕπνος. Ἡ παντελής ραθυμία, ἡ πνευματική ἀβελτηρία καί ἡ νάρκωση τοῦ πνεύματος**. Αὐτός ὁ πνευματικός ὕπνος, ὡς ἄλλο σκοτάδι, στό σκοτάδι τῆς νύκτας φέρει καί προσθέτει ἁμαρτήματα. Πολύ ἔντονα στό περιεχόμενο τῆς Εὐχῆς περιγράφεται αὐτή, ἡ θλιβερή καί ρυπαρή κατάσταση τοῦ πεπτωκότος ἀνθρώπου. Οἱ λέξεις καί οἱ φράσεις εἶναι πολύ δυνατές. Ἀναφέρονται πολύ χαρακτηριστικά: «***Σκοτεινή καί νυκτερινή ἡδυπάθεια***», «***ὁρμές τῶν παθῶν***», «***ἐπαναστάσεις σαρκός***», «***γεῶδες καί ὑλικό φρόνημα***». Καί βέβαια, ὅλα τά παραπάνω, συντελοῦνται μέ τίς ἐπιθέσεις τοῦ χαιρεκάκου καί μισανθρώπου, τοῦ πονηροῦ, τοῦ διαβόλου, ὁ ὁποῖος μέ τά **βέλη** τά γεμᾶτα φωτιά, τά «***πεπυρωμένα***», ἐπιτίθεται κατά τοῦ πιστοῦ χριστιανοῦ, ὄχι μόνο τήν ἡμέρα ἀλλά καί τήν νύκτα.

Εἶναι βεβαιωμένο ἀπό τήν πνευματική ζωή ὅτι τίς ἐκ γενετῆς νομίμους ἐπιθυμίες μας, ὅπως εἶναι ἡ πείνα, ἡ δίψα, ἡ ἀνάγκη στέγης καί ἐνδύματος, ἡ ἐπιθυμία τοῦ ὕπνου πού ἀποβλέπουν στή διατήρηση καί ἀνάπτυξη τοῦ σώματος, ἔρχεται ὁ μισάνθρωπος διάβολος καί τίς ἐκμεταλλεύεται καί ὑποβάλλει παράνομους καί ἁμαρτωλούς τρόπους ἱκανοποιήσεώς τους. **Μᾶς προτρέπει ἀπατηλῶς νά χρησιμοποιήσουμε τά ἀγαθά αὐτά κατά τρόπο ἄσωτο καί λαίμαργο**. Στό σημεῖο αὐτό ὀφείλουμε βέβαια νά τό γνωρίζουμε καλά καί νά μή τό ὑποτιμοῦμε οὐδόλως τό γεγονός, ὅτι ὑπάρχει ὁ διάβολος καί πολεμᾶ τόν πιστό χριστιανό. Ἄλλωστε **τέχνασμά του εἶναι νά μᾶς πείσει ὅτι δέν ὑπάρχει**. Γράφει συγκεκριμένα τό κείμενο τῆς Εὐχῆς γιά «πεπυρωμένα βέλη». Καί ἔτσι εἶναι, ὅπως καί ὁ Ἀπ. Παῦλος παρομοιάζει τίς δόλιες αὐτές ἐπιθέσεις τοῦ πονηροῦ, μέ βέλη πεπυρακτωμένα καί φλογερά (Ἐφεσ. στ', 16). **Συντελεῖται ἕνας πνευματικός πόλεμος μέ τά πονηρά πνεύματα**. Θά πεῖ πάλιν ὁ θεῖος Ἀπόστολος: «*Οὐκ ἔστιν*

ἡμῖν ἡ πάλη πρός αἷμα καί σάρκα, ἀλλά πρός τάς ἀρχάς, πρός τάς ἐξουσίας, πρός τούς κοσμοκράτορας τοῦ σκότους τοῦ αἰῶνος τούτου, πρός τά πνευματικά τῆς πονηρίας ἐν τοῖς ἐπουρανίοις» (Ἐφ. στ', 16).

Βέβαια, **ὁ Θεός, δέν μᾶς ἐγκαταλείπει στόν πόλεμο αὐτό** . Τόν γνωρίζει καί μᾶς παρέχει περισσότερα μέσα γιά τήν νίκη μας, παρ' ὅσα διαθέτει ὁ διάβολος. Μᾶς παρέχει τήν ταπεινοφροσύνη, τήν μετάνοια, τήν προσευχή. Καί προπαντός ἔχουμε τήν εὐχή: «*Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ ἐλέησόν με τόν ἁμαρτωλόν*», πού μᾶς δίδαξαν οἱ θεοφόροι ἅγιοι Πατέρες μας. Ὅλα αὐτά κυριολεκτικά τά φοβᾶται ὁ πονηρός. Καί αὐτά εἶναι τά πνευματικά μας ὅπλα στόν πόλεμο αὐτό.

Ἔτσι, **ὁ προσευχόμενος πιστός, ὁ δυνατός καί θωρακισμένος πιστός, αὐτό τό γεῶδες καί ὑλικό φρόνημα, τό χαμηλοῦ ἐπιπέδου ἦθος ζητεῖ μέ τήν προσευχή του νά κατανικήσει καί νά σταματήσει νά αἰχμαλωτίζει τόν νοῦν του**.

*

Ἔπειτα ὁ πιστός ἱκετεύει καί δέεται, ὁ Θεός νά τοῦ χαρίσει «***γρήγορον νοῦν***», «***σώφρονα λογισμόν***», «***καρδίαν νήφουσαν***» καί «***ὕπνον ἐλαφρόν***». Τί εἶναι ἄραγε αὐτά τά τέσσερα δωρήματα; **Ὁ νοῦς, πρῶτον**, νά εἶναι «γρήγορος», δηλαδή, νά εὑρίσκεται σέ πνευματική ἐγρήγορση καί ὄχι σέ ράθυμη κατάσταση, σέ ὀκνηρία, καθ' ὅτι ἡ πνευματική «νάρκη» κάθεται εὔκολα στίς ψυχές μας. Ὁ Κύριος ὅμως Ἰησοῦς Χριστός πάντοτε μᾶς παροτρύνει: «Γρηγορεῖτε καί προσεύχεσθε». Ξυπνήσατε ἀπό τό πνευματικό λήθαργο καί προσεύχεσθε.

Ἔπειτα, ὁ «σώφρων λογισμός» εἶναι ὁ καλός λογισμός. Ὁ λογισμός ἐκεῖνος, πού κρύβει μέσα του τήν ἁγνότητα, τήν σεμνότητα, τήν ἀκεραιότητα, τήν τιμιότητα, τήν δικαιοσύνη. Εἶναι ἡ σωφροσύνη, ἡ μεγάλη αὐτή ἀρετή. **Λέγει ὁ ἅγιος Κασσιανός ὅτι οἱ ἄνθρωποι πού ἔχουν σωφροσύνη, μοιάζουν μέ τούς ἀγγέλους πού βρίσκονται στόν οὐρανό**. Ὁ σώφρων, λοιπόν, λογισμός διώχνει τήν αἰσχρή φαντασία καί τόν πονηρό λογισμό.

Ἡ «καρδία ἡ νήφουσα», **στή συνέχεια**, εἶναι ἡ καρδία πού βρίσκεται σέ πνευματική ἑτοιμότητα. «Νήφουσα» εἶναι ἀπό τό ρῆμα νήφω πού σημαίνει εἶμαι ξύπνιος, νηφάλιος, ἐγκρατής, σώφρων. Ἔχω πνευματική διαύγεια. Καί νήψη εἶναι ἡ ὀρθή ἐπίγνωση τῶν θείων ἐντολῶν. Τότε τό Εὐαγγέλιο δέν ἀργεῖ, δέν εἶναι κλειστό, στό ράφι τῆς βιβλιοθήκης. Συμβαίνει μέ τήν νήψη ἐπακριβῶς μία ὑπέρβαση τῆς νωθρότητος καί τῆς ἀκηδίας. Αὐτό χρειαζόμεθα. Πρόκειται γιά τήν περίσκεψη πού δέν ἔχει φόβο καί ἀγωνία, οὔτε μηδενιστική καί ἀπογοητευτική διάθεση, ἀλλά πίστη γιά τήν σωτηρία, ἐλπίδα καί ἐναπόθεση τῆς ζωῆς στή θεία Πρόνοια. Ἔτσι, νήφουσα καρδία εἶναι ἡ πνευματική ἐπιμέλεια, ἡ ἐπαγρύπνηση γιά τήν ἀπόκρουση κάθε

διαβολικῆς προσβολῆς. Οἱ λεγόμενοι «νηπτικοί Πατέρες» δίδαξαν πραγματικά αὐτή τήν πνευματική κατάσταση τῆς καρδίας καί ἀπεκάλυψαν τήν δύναμη πού κρύβει γιά τήν διαφύλαξη τῆς χριστιανικῆς βιοτῆς. Ὁ Ἀπ. Παῦλος θά ὑπογραμμίσει τόν ἀγῶνα αὐτό καί θά γράψει πρός τόν μαθητή του Τιμόθεο: «*Σύ δέ νῆφε ἐν πᾶσι*». Δηλ. πρόσεχε, μένε ἄγρυπνος σέ ὅλα ὅσα διδάσκει ὁ Θεός. Καί ὁ Ἀπ. Πέτρος θά ὑπογραμμίσει στήν Καθολική Ἐπιστολή του «*Νήψατε, γρηγορήσατε˙ ὁ ἀντίδικος ὑμῶν διάβολος ὡς λέων ὠρυόμενος περιπατεῖ ζητῶν τίνα καταπίῃ*» (Α' Πέτρ. ε', 8).

Καί ἔτσι παρακαλοῦμε, νά ἔχουμε ἕνα «ὕπνον ἐλαφρόν». Εἶναι τό βασικό **αἴτημα τῆς προσευχῆς τοῦ Ἀποδείπνου μετά τό διάβα τῆς ἡμέρας** . **Ὁ ὕπνος**, ὡς εἶναι γνωστόν, εἶναι ἕνα βιολογικό φαινόμενο τοῦ ἀνθρώπινου ὀργανισμοῦ καί ἀποτελεῖ μία ζωτική ἀνάγκη. Εἶναι βέβαια ἕνα μυστηριῶδες στοιχεῖο τῆς ζωῆς τοῦ ἀνθρώπου καί δέν γνωρίζουμε πολλά γι' αὐτό. Εἶναι ὡστόσο πολύ χαρακτηριστικό, ὅτι καί οἱ θεοφόροι ἅγιοι Πατέρες τῆς Ἐκκλησίας γράφουν γιά τόν ὕπνο. Ὁ **Μ. Βασίλειος** λέγει: «*Εὐχαρίστησε, ὦ ἄνθρωπε τόν Θεόν, ὁ ὁποῖος μέ τόν ὕπνο πού μᾶς στέλνει λύει τήν συνέχεια τῶν κόπων καί μέ τήν ἀνάπαυση αὐτή μᾶς ἐπαναφέρει καί πάλιν στήν ἀκμή τῆς δυνάμεώς μας*». Ὁ ἀδελφός του, ἐπίσης, ὁ **ἅγ. Γρηγόριος Νύσσης**, σημειώνει ὅτι ἡ συνεχής δράση καί ἐργασία ἐπιφέρει «*ρῆξιν τινα καί διασπασμόν τῶν ὑπερτεινομένων μερῶν τοῦ σώματος*», ὅπως **ἐξ ἀντιθέτου ἡ συνεχής ἀργία καί ἄνεσις φέρει κατάπτωση καί χαύνωση. Δηλαδή τό ὀρθό καί φυσιολογικό, εἶναι ἐργασία ἀλλά καί ἡ ἀνάπαυση. Ὁ κόπος ἀλλά καί ἡ ξεκούραση.**

Ἔπειτα γίνεται ἀναφορά στήν Εὐχή ὄχι ἁπλῶς γιά ὕπνο ἀλλά γιά ἕνα ἐλαφρό ὕπνο καί ὁ ἐλαφρός ὕπνος εἶναι ὁ **ὕπνος τῆς καθαρῆς συνείδησης**. Αὐτός εἶναι ὁ κύριος λόγος γιά ἕνα ἐλαφρό ὕπνο. Μία ἤρεμη συνείδηση πού φέρει τόν ἐλαφρύ καί καλό ὕπνο. Καί αὐτός ἔρχεται, ὅταν ὁ ἄνθρωπος ἔχει τήν ἐσωτερική πληροφορία ὅτι ἐνήργησε τήν ἡμέρα πού διῆλθε κάθε του πράξη σύμφωνα μέ τό θέλημα τοῦ Θεοῦ. Ἔτσι ὁ ἄνθρωπος, ὁ ὁποῖος δέν διαπράττει ἁμαρτία καί ἀδικία ἔχει πραγματικά ἕνα καλό, ἐλαφρό καί γαλήνιο ὕπνο. Καί ὅσοι ἔχουν εἰρηνικό, ἐλαφρό ὕπνο εἶναι πράγματι ἀναπαυμένοι, ἤρεμοι καί μέ τάξη στή πορεία τῆς ζωῆς τους.

Μάλιστα, **ὁ σοφός Σειράχ μᾶς συμβουλεύει ὅτι ἡ ἐγκράτεια στό φαγητό καί τό ποτό, ἡ λιτότητα, ἡ ὅλη προσεκτική βιοτή μας, ὅλα αὐτά ὑποβοηθοῦν στόν ἐλαφρό καί ἤρεμο ὕπνο**. Γράφει: «*Ὕπνος ὑγιείας ἐπί ἐντέρῳ μετρίων ἀνέστη πρωί˙ καί ἡ ψυχή αὐτοῦ μετ' αὐτοῦ. Πόνος ἀγρυπνίας καί χολέρας καί στρόφος μετ' ἀνδρός ἀπλήστου*» (κεφ. λα', 20-21).

Κατ' ἀκολουθίαν, δέν ἔχει ὕπνο ἐλαφρό καί καλό, ἐκεῖνος πού νοιώθει τύψεις στή συνείδησή του, πού διέπραξε τήν ἡμέρα ἀδικίες καί παραβατικές συμπεριφορές ἀντίθετες μέ τόν θεῖο νόμο. Λέγει ὁ προφητάναξ Δαυΐδ ὅτι «*ἡμέρα καί νύκτα βαρεῖα ἐπέπεσε ἐπάνω μου ἡ τιμωρός δεξιά σου, Κύριε. Ἐβυθίσθην ὁλόκληρος εἰς πόνον καί*

ταλαιπωρία, διότι σάν αἰχμηρά καί ὀδυνηρά ἄκανθα ἐνεπήχθη εἰς ἐμέ ἡ ἁμαρτία καί ἡ ἐποχή μου» (Ψαλμ. λα’, 4). Αὐτό συμβαίνει γιατί ὑπάρχει ἕνας δεσμός μεταξύ δικαιοσύνης – ἀδικίας καί ὕπνου. Ὁ δίκαιος «*ἐν εἰρήνῃ ἐπί τό αὐτό κοιμηθήσεται καί ὑπνώσει*» (Ψαλμ. δ’, 9).

Πέρα τούτων τό σπουδαιότερο **γιά τόν ἤρεμο ὕπνο εἶναι ἡ αἴσθηση καί ἡ πεποίθηση ὅτι ὁ ἄνθρωπος εὑρίσκεται κάτω ἀπό τήν στοργική πρόνοια καί ἀγάπη τοῦ Θεοῦ**. Ὁ πιστός δέν φοβᾶται τίποτα ἀλλά ἐπαναλαμβάνει τά λόγια τοῦ Ψαλμωδοῦ: «*Ἐν εἰρήνῃ κοιμηθήσομαι καί ὑπνώσω, ὅτι Σύ Κύριε κατά μόνας κατώκισάς με*». Καί τήν πρωΐα πάλιν λέγει: «*Ἐγώ ἐκοιμήθην καί ὕπνωσα ἐξηγέρθην, ὅτι Κύριος ἀντιλήψεται μου*» (Ψαλμ. δ', 9, γ', 6). Εἶναι τελικά ὁ Θεός, ὁ δίδων ζωογόνο, ἐλαφρό «*ὕπνο τοῖς ἀγαπητοῖς αὐτοῦ*» (Ψαλμ. ρκστ', 2). Ἔπειτα ὁ Χριστός ὅταν κοιμόταν στό πλοιάριο πού ταλανίζονταν ἀπό τά κύματα καί οἱ μαθητές εἶχαν φοβηθεῖ, αὐτό ἀκριβῶς συμβολίζει: **Τήν ἀπόλυτη ἐμπιστοσύνη στό Θεό**.

*

Ἀκολούθως συνεχίζει ἡ Εὐχή μέ τά λόγια: «***Διανάστησον δέ ἡμᾶς ἐν τῷ καιρῷ τῆς προσευχῆς***». Δηλαδή, τήν ὥρα τῆς προσευχῆς νά σηκωθοῦμε ἀπό τό κρεβάτι μας καί μάλιστα παρακαλοῦμε νά μᾶς δώσει τήν δύναμη νά μπορέσουμε νά σταθοῦμε προσηλωμένοι στίς δικές Του ἐντολές, στά κρίματα τοῦ Κυρίου, ἔχοντας στό εἶναι μας, ἀπαρασάλευτη καί ἀδιάσπαστη τήν ἐνθύμηση τῶν προσταγμάτων Του.

Καί ἔρχεται καί ἡ τελευταία παράκληση πρός τόν Κύριον. Ἤτοι: «***Πανυύχιον ἡμῖν τήν σήν δοξολογίαν χάρισαι, εἰς τό ὑμνεῖν καί εὐλογεῖν καί δοξάζειν τό πάντιμον καί μεγαλοπρεπές Ὄνομά Σου***». Ὄχι ἁπλῶς ἕνα μέρος τῆς νύκτας, ἀλλά ὅλη τήν νύκτα νᾶναι ἡ δοξολογία πρός τόν Κύριον. Νά ὑμνοῦμε, νά εὐλογοῦμε καί νά δοξάζουμε τό ὑπέρτιμο καί μεγαλοπρεπές ὄνομά Του.

Ἡ νύκτα, λοιπόν, μέ τόν φωστῆρα τόν ἐλάσσω, δηλαδή τήν σελήνη, ὅταν φαίνεται καί ὅταν δέν φαίνεται, ἀλλά καί τούς ἄλλους ἀστερισμούς εἶναι καί αὐτή ἕνα δημιούργημα τοῦ Θεοῦ καί ὀφείλουμε ἡ συνηθισμένη φυσική αὐτή διαδοχή ἀπό τήν ἡμέρα στή νύκτα καί ἀπό τήν νύκτα στήν ἡμέρα, νά ἐκπέμπει καί αὐτή, ἡ χρονική στιγμή, ἀέναη δοξολογία καί εὐχαριστία πρός τόν Θεόν. Ἐπιπροσθέτως, ἡ συνεχής αὐτή διαδοχή, ἔρχεται καί μ�ς προσφέρει καί κάτι ἄλλο ἀκόμη. **Προσφέρει τήν σκέψη περί τῆς προσωρινότητας τῆς ἐπιγείου ζωῆς, τήν ἀξία τοῦ χρόνου** , τίς εὐκαιρίες ποῦ μᾶς δίνει ὁ Θεός, μᾶς ὑπενθυμίζει προσέτι τήν αἰωνία ἡμέρα, τήν ἄλλη κατάσταση πέρα ἀπό τόν ἀστρονομικό χρόνο, ἡμέρα κατά τήν ὁποία «νύξ οὐκ ἔσται ἐκεῖ».

Ἔτσι, εἰδικότερα, **ἡ νύκτα θεωρεῖται ὑπό τρεῖς ἔννοιες** . Εἶναι ἡ νύκτα, κατά τήν ὁποία κοιμώμεθα. Ἔχουμε τό φαινόμενο τοῦ **ὕπνου**. Εἶναι ἐδῶ τό κατά φύσιν, τό

ἀνθρώπινον. Ἔπειτα ἔχουμε τήν ἔννοια τῆς **ἁμαρτωλῆς καταστάσεως**, εἶναι τό **παρά φύσιν**, ἡ ἀλογία ὅπου βρίσκονται τά κακά ἔργα, ἡ ἀνομία, ἡ ὑποδούλωση στά πάθη. Καί μή λησμονοῦμε ὅτι ὁ φόβος πού ὑπάρχει στόν κάθε ἄνθρωπο μέ τήν νύκτα ἔχει σχέση ἐνδόμυχα μέ τήν πτώση τοῦ ἀνθρώπου καί τήν ἐνοχή του. Καί ὑπάρχει καί ἡ **τρίτη ἔννοια τῆς νύκτας, ἐκείνη τῆς ἀφιέρωσης στό Θεό**. Εἶναι τό **ὑπέρ φύσιν**. Εἶναι ἡ ἀγρυπνία τῆς προσευχῆς. Εἶναι ἡ ἐγκαρτέρηση στό «ἀγρυπνεῖν ἐν ταῖς προσευχαῖς». Ἡ ἀναμονή καί ἡ προσδοκία καί ὁ πόθος τοῦ ἐρχομοῦ τοῦ Νυμφίου «ἐν τῷ μέσῳ τῆς νυκτός». Ὁ ὕπνος, λοιπόν, εἶναι μία κατάσταση καί λειτουργία τοῦ κόσμου τούτου, γεγονός ἐνδοκοσμικό. Κατά τό ὑπόδειγμα ὅμως τοῦ Χριστοῦ, πού ἀγρυπνοῦσε προσευχόμενος, ἔτσι εἶναι καί σπουδαιότατο προτέρημα καί γενναῖο ἄθλημα ἡ **ἀγρυπνία γιά προσευχή**. Τοῦτο δέν εἶναι καταστρατήγηση τοῦ ὕπνου ἀλλά ἄλλης φύσεως ζήτημα. Τό ἐπιτυγχάνουν οἱ αὐθεντικοί μοναχοί πού ἀγρυπνοῦν «ἐν ταῖς προσευχαῖς». Ἀκόμη καί ὁ ἐλάχιστος ὕπνος τοῦ μοναχοῦ μοιάζει μέ ἀγρυπνία κατά τόν βιβλικό λόγο: «*Ἐγώ καθεύδω καί ἡ καρδία μου ἀγρυπνεῖ*» (Ἆσμα, ε', 2). Ἔχουμε, ἐν προκειμένῳ, ἐνώπιόν μας τόν ἐπίγειο ἄγγελο πού μιμεῖται τούς οὐρανίους ἀγγέλους πού ἀπαύστως ὑμνοῦν καί δοξολογοῦν τόν Κύριο. Ἰδίᾳ, ὁ ἄγρυπνος μοναχός χαίρει γιά τήν ἀγρυπνία τοῦ πνεύματος, τήν προσευχή, τήν καθαρότητα τῆς καρδίας, τήν συνομιλία καί ἕνωση του μέ τόν Θεό. Αὐτός ὁ μοναχός, μέσ' στήν νύκτα περιλούζεται ἀπό τό οὐράνιο φῶς καί ἔτσι κατανικᾶ κάθε λογισμό. Ἀλήθεια, πόσο παρήγορο εἶναι γιά τούς «κοσμικούς», νά ξέρουν ὅτι σέ κάποιο ταπεινό κελάκι κάποιου μοναστηριοῦ εἶναι ἀναμμένο τό καντήλι τοῦ Χριστοῦ καί τῆς Παναγίας καί κάποιος μοναχός προσεύχεται γιά τήν σωτηρία τοῦ κόσμου. Ἀλλ' αὐτά «οὐ πάντες... ἀλλ' οἷς δέδοται». Εἶναι ζητήματα πού ἀνήκουν στή σφαῖρα τῆς κλήσεως τοῦ Θεοῦ.

Συνελόντ' εἰπεῖν, ὁ Θεός μέ τήν πανσοφία Του ἐπέβαλε στήν ὕπαρξη τοῦ ἀνθρώπου τήν ἐναλλαγή αὐτή τῆς ἐγρήγορσης καί τῆς ἀνάπαυσης μέ τόν ὕπνο. Ὡραιότατα διαβάζουμε στόν «Εὐεργεντινό»: «*Ἀδελφέ, ποίησον τήν ἀγρυπνίαν σου ἐν σεμνότητι καί μή ἀποστερήσῃς τό σῶμα σου τῆς χρείας αὐτοῦ, ἀλλά τέλεσον τάς λειτουργίας σου μετ' ἐπιεικείας καί γνώσεως, μήποτε ἐκ τῆς πολλῆς ἀγρυπνίας σκοτωθῇ ἡ ψυχή καί φύγῃ ἐκ τοῦ σταδίου. Ἀρκεῖ οὖν σοι λογίζεσθαι, ὅτι τά ἔργα τῶν ἀρετῶν εἰσίν οἱ σωματικοί κόποι ἐν γνώσει, τά δέ γεννήματα τῶν παθῶν γίνονται ἀπό τῆς ἀμελείας*» (**Ἀββᾶς Ἠσαΐας**). Ἔτσι, κάθε φορά πού θά πηγαίνουμε γιά ὕπνο καί γιά τήν ἀνάπαυση σώματος καί ψυχῆς, ἄς σκεπτόμεθα, ὅτι μόνον ἐάν ἐπιτελοῦμε τό θεῖο θέλημα καθ' ἡμέραν, τότε καί ὁ ὕπνος μας θᾶναι ἐλαφρός καί γαλήνιος. Ἀκριβῶς, γιατί θά ἔρχεται ὡς ἀποτέλεσμα τῆς ἐμπιστοσύνης μας στόν Κύριο καί Θεό μας. Ὡς ἀναφέρει ὁ βιβλικός λόγος καί μᾶς τό λέγει ὁ Θεός: «*Υἱέ, τά ρήματά μου τηρείτω σή καρδία. Ἐλεημοσύναι καί πίστεις μή ἐκλιπέτωσάν σε, προνοοῦ καλά ἐνώπιον Θεοῦ καί ἀνθρώπων, τήρησον ἐμήν βουλήν καί ἔννοιαν καί τότε ἐάν κάθῃ ἄφοβος ἔσῃ, ἐάν δέ καθεύδης, ἡδέως ὑπνώσεις*» (Παροιμ. γ' 1, 3, 4, 21, 24).

Καί πού ξέρουμε, ἄς τό σκεφθοῦμε καί αὐτό, ἐάν κοιμηθοῦμε καί δέν ξυπνήσουμε

ποτέ καί ἀπέλθουμε ἀπό τόν μάταιο τοῦτο κόσμο καί ἀνέλθει ἡ ψυχή μας στόν οὐρανό ἐκεῖνο τό βράδυ; Μή λείπει, λοιπόν, ἡ προσευχή μας καί δή, τό θαυμάσιο Ἀπόδειπνον, ἀπό τήν πνευματική μας βιοτή.

(Πηγή: im-manis.gr*)*