π. ΛΙΒΥΟΣ

Επικίνδυνες Προσευχές



Όταν η αγωνία γίνεται συνάντηση
με τον εαυτό σου και τον Θεό

ΨΥΧΟΓΙΟΣ

ΤΙΤΛΟΣ ΒΙΒΛΙΟΥ: **Επικίνδυνες Προσευχές**
ΣΥΓΓΡΑΦΕΑΣ: π. Λίβυος
ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ – ΔΙΟΡΘΩΣΗ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: Άννα Μαράντη
ΣΥΝΘΕΣΗ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ: Έλσα Σμαραγδή
ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ: Ελένη Σταυροπούλου

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος, 2026
© ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

Πρώτη έκδοση: Νοέμβριος 2026

ISBN 978-618-01-6827-3

Τυπώθηκε στην Ευρωπαϊκή Ένωση, σε χαρτί ελεύθερο χημικών ουσιών, προερχόμενο αποκλειστικά και μόνο από δάση που καλλιεργούνται για την παραγωγή χαρτιού.

Το παρόν έργο πνευματικής ιδιοκτησίας προστατεύεται κατά τις διατάξεις του Ελληνικού Νόμου (Ν. 2121/1993 όπως έχει τροποποιηθεί και ισχύει σήμερα) και τις διεθνείς συμβάσεις περί πνευματικής ιδιοκτησίας. Απαγορεύεται απολύτως η άνευ γραπτής αδείας του εκδότη κατά οποιονδήποτε τρόπο ή μέσο αντιγραφή, φωτοανατύπωση και εν γένει αναπαραγωγή, διανομή, εκμίσθωση ή δανεισμός, μετάφραση, διασκευή, αναμετάδοση, παρουσίαση στο κοινό σε οποιαδήποτε μορφή (ηλεκτρονική, μηχανική ή άλλη) και η εν γένει εκμετάλλευση του συνόλου ή μέρους του έργου. Επίσης απαγορεύεται η οποιαδήποτε αναπαραγωγή όλου ή μέρους του βιβλίου για σκοπούς εκπαίδευσης σε συστήματα ή τεχνολογία τεχνητής νοημοσύνης. Το έργο αυτό προστατεύεται και προφυλάσσεται από διαδικασίες TDM-Διαχείρισης Δεδομένων Δοκιμών [Άρθρο 4(3) Οδηγία (EU) 2019/790].

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε. | **PSICHOGIOS PUBLICATIONS S.A.**
Από το 1979 | *Since 1979*
Έδρα: | Head Office:
Τατοΐου 121, 144 52 Μεταμόρφωση | 121, Tatoiou Str., 144 52 Metamorfossi, Greece
Βιβλιοπωλείο: | Bookstore:
Εμμ. Μπενάκη 13-15, 106 78 Αθήνα | 13-15, Emm. Benaki Str., 106 78 Athens, Greece
Τηλ.: 2102804800 | Tel.: 2102804800

e-mail: info@psichogios.gr
psichogios.gr

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

π. ΛΙΒΥΟΣ

Επικίνδυνες Προσευχές

Όταν η αγωνία γίνεται συνάντηση με τον εαυτό σου και τον Θεό

ΨΥΧΟΓΙΟΣ

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026



Πρόλογος

Οι περισσότεροι άνθρωποι αρχίζουν να προσεύχονται γιατί επιθυμούν κάτι· μια λύση, μια θεραπεία, μια απάντηση, ένα θαύμα. Κάτι να αλλάξει, κάτι να διορθωθεί. Κάτι να σωθεί προτού χαθεί οριστικά.

Και πράγματι, υπάρχουν προσευχές που είναι σαν να ανοίγουν τον ουρανό. Προσευχές που συνοδεύτηκαν από θεραπείες, θαυμαστές ανατροπές και γεγονότα που δύσκολα εξηγούνται. Υπάρχουν άνθρωποι που είδαν τον Θεό να ενεργεί μέσα στη ζωή τους με τρόπο συγκλονιστικό.

Υπάρχουν όμως και οι άλλες προσευχές.

Οι προσευχές που ειπώθηκαν μέσα σε ένα δωμάτιο γεμάτο αγωνία και δεν πήραν ποτέ την απάντηση που περίμεναν. Άνθρωποι που προσευχήθηκαν για να σωθεί κάποιος και τελικά τον έχασαν. Άνθρωποι που ζητούσαν ένα σημάδι και συνάντησαν σιωπή. Άνθρωποι που περίμεναν μια παρέμβαση και βρέθηκαν αντιμέτωποι μόνο με το σκοτάδι, την απουσία και την αβεβαιότητα.

Κάπου εκεί πολλοί σταμάτησαν να προσεύχονται.

Όχι επειδή έπαψαν να πιστεύουν. Αλλά επειδή πληγώθηκαν.

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

Ίσως όμως εκεί ακριβώς αρχίζει το βαθύτερο μυστήριο της προσευχής.

Γιατί η προσευχή δεν είναι μια θρησκευτική τεχνική που εγγυάται αποτελέσματα. Δεν είναι ένας μηχανισμός που ενεργοποιεί τον Θεό. Δεν είναι μια πνευματική συνταγή επιτυχίας. Αν ήταν έτσι, θα παρέμενε ακόμη ένας τρόπος ελέγχου της πραγματικότητας.

Ο άνθρωπος αγαπά να ελέγχει. Θέλει να ελέγχει τα γεγονότα, τους άλλους ανθρώπους, το μέλλον, ακόμη και τον ίδιο τον Θεό.

Στην πραγματικότητα, πολλές φορές δεν προσευχόμαστε επειδή αναζητούμε τον Θεό. Προσευχόμαστε επειδή αναζητούμε ασφάλεια. Θέλουμε να ξέρουμε ότι όλα θα πάνε καλά. Ότι τίποτα κακό δε θα συμβεί. Ότι η ζωή θα υπακούσει στα σχέδιά μας.

Όμως, ο Θεός της Αγίας Γραφής δεν έρχεται για να υπηρετήσει τις φαντασιώσεις μας. Έρχεται για να μας ελευθερώσει από αυτές.

Γι' αυτό η προσευχή είναι επικίνδυνη.
Είναι επικίνδυνη γιατί δεν αλλάζει μόνο
τις συνθήκες. Αλλάζει εμάς.

Γκρεμίζει άμυνες. Αποκαλύπτει τραύματα. Ξεσκεπάζει φόβους που κρύβαμε ακόμη και από τον εαυτό μας. Φέρνει στην επιφάνεια αλήθειες που χρόνια αποφεύγαμε να αντικρίσουμε.

Υπάρχουν προσευχές που δε δίνουν απαντήσεις αλλά απο-

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

καλύπτουν την αλήθεια. Άλλες που δε διώχνουν αμέσως το σκοτάδι αλλά μας μαθαίνουν να κατοικούμε μέσα σε αυτό χωρίς να απελπιζόμαστε. Και άλλες που φαίνονται να χάνονται στο κενό, ενώ στην πραγματικότητα εργάζονται αθόρυβα στα πιο βαθιά στρώματα της ύπαρξής μας.

Η Αγία Γραφή και η παράδοση της Εκκλησίας είναι γεμάτες από τέτοιες προσευχές. Ο Ιώβ φωνάζει μέσα στην εγκατάλειψη. Ο Δαβίδ κλαίει μέσα στη νύχτα. Ο Ιακώβ παλεύει με τον Θεό μέχρι να ξημερώσει. Οι Προφήτες διαμαρτύρονται. Οι Άγιοι περιμένουν. Και ο ίδιος ο Χριστός στη Γεθσημανή ιδρώνει μέχρι αίματος, ενώ επάνω στον Σταυρό ακούγεται η πιο τρομακτική προσευχή της Ιστορίας: «Θεέ μου, Θεέ μου, γιατί με εγκατέλειψες;»

Αυτό είναι ίσως το μεγαλύτερο σκάνδαλο αλλά και η μεγαλύτερη παρηγοριά του χριστιανισμού.

Ο Θεός δε στέκεται απέναντι από
την ανθρώπινη αγωνία. Εισέρχεται εντός της.
Δεν προσφέρει μια θεωρία για τον πόνο.
Σταυρώνεται. Δε δίνει απλώς απαντήσεις.
Προσφέρει τον Εαυτό Του.

Γι' αυτό η προσευχή δεν είναι πάντοτε γαλήνη. Μερικές φορές είναι μάχη, άλλες φορές είναι σιωπή. Άλλες είναι δάκρυα χωρίς λόγια κι άλλες είναι απλώς η απόφαση να παραμείνεις ενώπιον του Θεού όταν όλα μέσα σου σκιρτούν να φύγουν.

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

Αυτό το βιβλίο δε γράφτηκε για δυνατούς ανθρώπους. Δε γράφτηκε για όσους έχουν λύσει τα υπαρξιακά τους ερωτήματα ούτε για όσους ξέρουν πάντοτε τι να πουν στον Θεό.

Γράφτηκε για κουρασμένους ανθρώπους.

Για ανθρώπους που φοβούνται.

Για ανθρώπους που παλεύουν.

Για ανθρώπους που πληγώθηκαν.

Για ανθρώπους που έχασαν.

Για ανθρώπους που δεν είναι βέβαιοι αν πιστεύουν αρκετά, ωστόσο συνεχίζουν να αναζητούν.

Γράφτηκε για όλα εκείνα τα ταλαιπωρημένα παιδιά της ζωής, στα οποία απευθύνθηκε ο Χριστός όταν είπε: «Δεῦτε πρός με πάντες οἱ κοπιῶντες καί πεφορτισμένοι, κἀγώ ἀναπαύσω ὑμᾶς». [*Κατά Ματθαίον* 11:28]

Ίσως τελικά το μεγαλύτερο θαύμα της προσευχής να μην είναι ότι παίρνουμε πάντοτε αυτό που ζητάμε. **Ίσως το μεγαλύτερο θαύμα να είναι ότι μέσα από την προσευχή, ακόμη και όταν δεν καταλαβαίνουμε, ακόμη και όταν πονάμε, ακόμη και όταν περιμένουμε, δε μένουμε μόνοι.**

Και ίσως τότε να ανακαλύπτουμε ότι το σημαντικότερο δεν ήταν ποτέ η απάντηση. Ήταν πάντοτε η συνάντηση.

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026



Γιατί προσευχόμαστε όταν όλα καταρρέουν

Συνήθως ο άνθρωπος θυμάται την προσευχή όταν φτάσει στα όριά του. Όχι όταν όλα πηγαίνουν καλά αλλά όταν αρχίζει να χάνει τον έλεγχο. Όταν έρχεται μια αρρώστια, όταν διαλύεται μια σχέση, όταν γεμίζει άγχος η ψυχή και δεν μπορεί να κοιμηθεί τα βράδια, όταν αισθάνεται ότι είναι πολύ κοντά στην ολική κατάρρευση. Τότε προσεύχεται. Και αυτό δεν είναι υποκρισία όπως λένε μερικοί. Είναι υπαρξιακή αλήθεια. Γιατί εκείνη τη στιγμή γκρεμίζεται η ψευδαίσθηση της αυτάρκειας και ο άνθρωπος αντιλαμβάνεται ότι τελικά δεν τα ελέγχει όλα όσο και όπως νόμιζε.

Η εποχή μας λατρεύει τον έλεγχο. Μας μαθαίνει από μικρή ηλικία ότι αξίζουμε όταν καταφέρνουμε, όταν πετυχαίνουμε, όταν δείχνουμε δυνατοί και σίγουροι. Πρέπει να έχουμε απαντήσεις για όλα, να είμαστε παραγωγικοί, ψύχραιμοι, λειτουργικοί. Ακόμη και ο πόνος πρέπει να ξεπερνιέται γρήγορα. Η λύπη θεωρείται αδυναμία. Η κατάρρευση σχεδόν ντροπή.

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

Ζούμε μέσα σε έναν πολιτισμό που φοβάται βαθιά την ευαλωτότητα γιατί τρέμει την αλήθεια του ανθρώπου.

Κι όμως, αρκεί ένα τηλεφώνημα μέσα στη νύχτα για να καταρρεύσει ολόκληρος αυτός ο κόσμος. Μια ιατρική διάγνωση. Μια προδοσία. Ένας χωρισμός ή διαζύγιο. Ένας θάνατος. Ένα πένθος. Μια κρίση πανικού που έρχεται ξαφνικά και σε κάνει να νομίζεις ότι πεθαίνεις. Ένα παιδί που υποφέρει. Ένας άνθρωπος που φεύγει. Μια μοναξιά που δεν αντέχεται άλλο. Και τότε ο άνθρωπος ραγίζει κι αρχίζει να ψάχνει κάτι μεγαλύτερο από τον εαυτό του. Κάτι, Κάποιον να τον κρατήσει πριν από τη συντριβή του.

Η προσευχή γεννιέται πολλές φορές εκεί όπου τελειώνουν οι βεβαιότητές μας. Όχι ως θρησκευτικό καθήκον αλλά ως υπαρξιακή ανάγκη. Σαν μια κραυγή που έρχεται από πολύ βαθιά μέσα μας. **Γι' αυτό και οι πιο αληθινές προσευχές της Αγίας Γραφής δεν είναι «ευσεβείς» με τον τρόπο που συχνά φανταζόμαστε. Είναι ωμές, ανθρώπινες, γεμάτες αγωνία. Ο Δαβίδ φωνάζει: «Θεέ μου, Θεέ μου, γιατί με εγκατέλειψες;»** [*Ψαλμός* 22:1]**. Ο Ιώβ ουρλιάζει μέσα στον πόνο του ζητώντας εξηγήσεις. Ο Ιερεμίας κουράζεται από την ίδια του την αποστολή. Ακόμη και ο Χριστός στη Γεθσημανή λέει: «Πατέρα μου, αν είναι δυνατόν, ας παρέλθει από μένα αυτό το ποτήρι».** [*Κατά Μάρκον* 14:36]

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

Η Αγία Γραφή δεν παρουσιάζει ανθρώπους υπερήρωες. Δεν κρύβει την ανθρώπινη αγωνία. Δε φοβάται το σκοτάδι. Παρουσιάζει ανθρώπους που λυγίζουν, που κουράζονται, που φτάνουν στα όριά τους και παλεύουν να κρατηθούν από τον Θεό μέσα στη νύχτα τους.

Αυτό είναι συγκλονιστικό, γιατί σημαίνει ότι ο Θεός δε ζητά από τον άνθρωπο να είναι άτρωτος για να Τον πλησιάσει. Δεν περιμένει να γίνουμε πνευματικά «τέλειοι» για να μας ακούσει. Ούτε απαιτεί να προσευχόμαστε με όμορφα λόγια και καθωσπρέπει συναισθήματα.

Πολλοί άνθρωποι απομακρύνθηκαν από την προσευχή επειδή νόμιζαν ότι δε μιλούσαν με τον «σωστό» τρόπο στον Θεό ή ότι ήταν αρκετά αμαρτωλοί ώστε να ζητούν σχέση μαζί Του. Όμως η αληθινή προσευχή αρχίζει όταν τελειώνει η υποκρισία και το φτιασίδωμα. Όταν ο άνθρωπος σταθεί ενώπιον του Θεού και πει: «Δεν αντέχω άλλο». «Φοβάμαι». «Κουράστηκα». «Δεν ξέρω τι να κάνω». «Πού είσαι;». Εκεί αρχίζει η σχέση.

Οι *Ψαλμοί* είναι ίσως το πιο ανθρώπινο βιβλίο της Αγίας Γραφής ακριβώς γι' αυτόν τον λόγο. Διότι δεν είναι ένα βιβλίο

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

θρησκευτικής ευγένειας αλλά το ημερολόγιο
μιας καρδιάς που παλεύει να μη βυθιστεί
και χαθεί στο μηδέν. Ο ψαλμωδός άλλοτε
δοξολογεί και άλλοτε καταρρέει. Άλλοτε
αισθάνεται τον Θεό πολύ κοντά και άλλοτε
φωνάζει μέσα σε απόλυτη εγκατάλειψη.
Κι αυτό το κάνει τόσο ανθρώπινο
μα και θεϊκό συνάμα.

«Έως πότε, Κύριε, θα με ξεχνάς; Για πάντα;»
«Γιατί είσαι τόσο μακριά όταν υποφέρω;»
«Τα δάκρυά μου έγιναν ψωμί μου μέρα και νύχτα».

Τι τρομακτικές προσευχές… Και όμως βρίσκονται μέσα στην Αγία Γραφή. **Αυτό σημαίνει ότι ο Θεός δε φοβάται την αλήθεια μας. Εμείς τη φοβόμαστε. Προσπαθούμε συνεχώς να δείχνουμε καλύτεροι, δυνατότεροι, πιο «πνευματικοί» απ' όσο είμαστε πραγματικά.**

Αλλά η προσευχή δεν είναι θέατρο
αγιότητας. Είναι αποκάλυψη καρδιάς.

Ο σύγχρονος άνθρωπος έχει μάθει να μιλά σε όλους εκτός από τον Θεό. Μιλά ασταμάτητα στα κοινωνικά δίκτυα, «ανεβάζει» σκέψεις, εικόνες, συναισθήματα, αλλά βαθιά μέσα του

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

παραμένει μόνος. Και πολλές φορές **δεν αντέχει τη σιωπή γιατί μέσα στη σιωπή αρχίζει να ακούει όσα προσπαθεί να αποφύγει:** τον φόβο του, τη θλίψη του, την ανασφάλειά του, την ανάγκη του να αγαπηθεί.

Γι' αυτό και πολλοί άνθρωποι φοβούνται τελικά την αληθινή προσευχή. Γιατί η προσευχή σε γυμνώνει. Δεν μπορείς να κρυφτείς. Δεν μπορείς να παίξεις ρόλους. Σιγά σιγά πέφτουν οι άμυνες και αρχίζεις να βλέπεις τον εαυτό σου όπως πραγματικά είναι. Και αυτό πονά. Υπάρχουν άνθρωποι που μπορούν να σταθούν μπροστά σε χιλιάδες άλλους αλλά δεν μπορούν να σταθούν μόνοι πέντε λεπτά, μέσα στη σιωπή, ενώπιον του Θεού.

Κι όμως, εκεί αρχίζει κάτι αληθινό. Όχι όταν λες «σωστές» προσευχές αλλά όταν σταματάς να κρύβεσαι. Όταν η καρδιά αρχίζει να μιλά χωρίς μάσκες. **Ίσως γι' αυτό πολλές φορές οι πιο αληθινές προσευχές είναι πολύ μικρές. Ένα «βοήθησέ με». Ένα «φοβάμαι». Ένα «μείνε μαζί μου». Ένα «ελέησέ με».**

Η προσευχή δεν είναι απόδειξη δύναμης.
Είναι παραδοχή ανάγκης. Είναι ο άνθρωπος
που σταματά να παριστάνει τον αυτάρκη
και στρέφεται προς τον Θεό, όχι επειδή
έχει όλες τις απαντήσεις αλλά επειδή
δεν μπορεί πια μόνος του να σηκώσει
το βάρος της ζωής.

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

Και ίσως τελικά αυτό να είναι η αρχή της πίστης. Όχι η βεβαιότητα αλλά η ανάγκη. Όχι η δύναμη αλλά η σχέση. **Όχι ο έλεγχος αλλά η εμπιστοσύνη ότι ακόμη και μέσα στο σκοτάδι κάποιος σε ακούει.**

© π. Χαράλαμπος Λίβυος Παπαδόπουλος / © ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΨΥΧΟΓΙΟΣ Α.Ε., Αθήνα 2026

Ο σύγχρονος άνθρωπος φοβάται δύο πράγματα περισσότερο απ' όλα: τη σιωπή και την αλήθεια.

Γι' αυτό τρέχει ασταμάτητα.

Γι' αυτό γεμίζει τη ζωή του με θόρυβο, εικόνες και βεβαιότητες.

Γι' αυτό δυσκολεύεται να προσευχηθεί.

Γιατί η αληθινή προσευχή δεν είναι φυγή από την πραγματικότητα.

Είναι συνάντηση με αυτήν.

Οι *Επικίνδυνες Προσευχές* είναι ένα βιβλίο για τη στιγμή που ο άνθρωπος παύει να κρύβεται. Για τη στιγμή που στέκεται ενώπιον του Θεού χωρίς μάσκες, χωρίς απαντήσεις και χωρίς ψευδαισθήσεις.

Γιατί ίσως το μεγαλύτερο θαύμα της προσευχής να μην είναι ότι αλλάζει ο κόσμος γύρω μας.

Ίσως να είναι ότι αρχίζουμε να τον βλέπουμε αληθινά.

Εκδόσεις ΨΥΧΟΓΙΟΣ
psichogios.gr

ISBN: 978-618-01-6827-3

ΚΩΔ. ΜΗΧ.ΣΗΣ: 33466