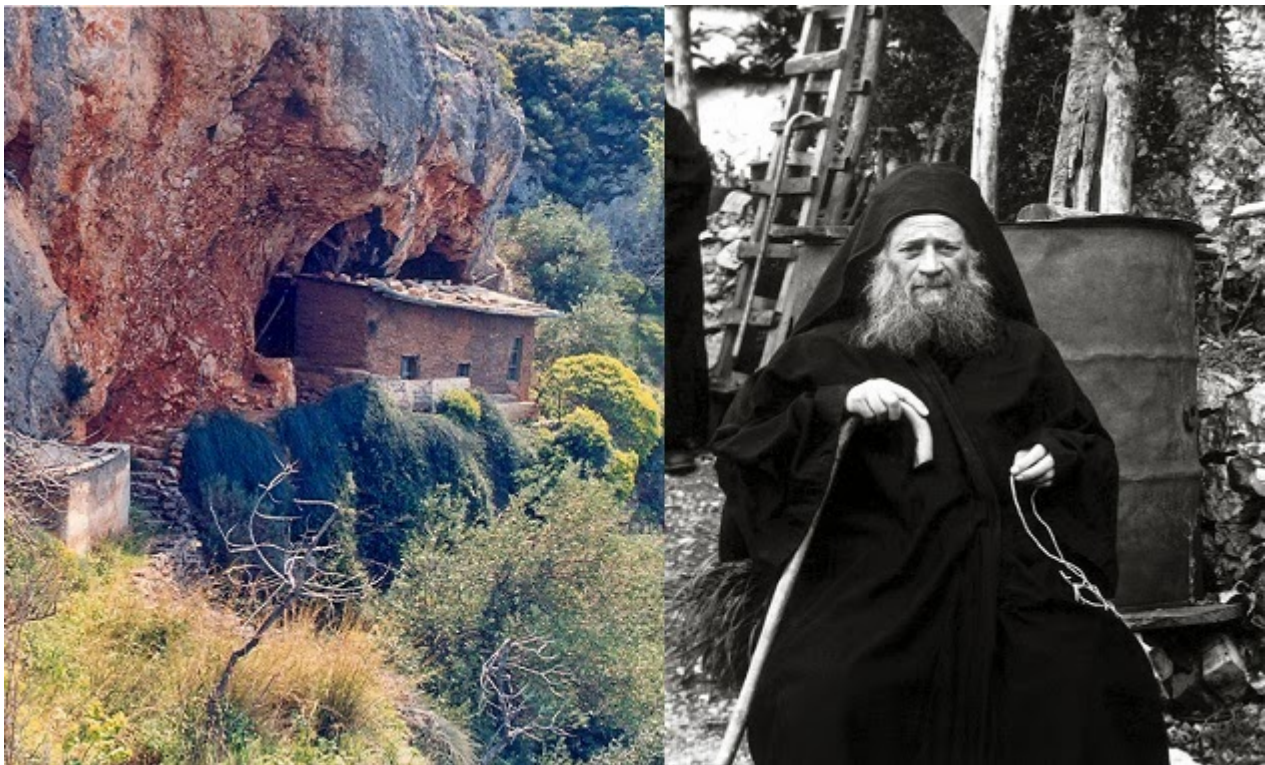


Λέγε ακατάπαυστα την ευχή “Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με” με τη γλώσσα και με τον νου.(Γέροντας Ιωσήφ Ησυχαστής)

Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Γέρ. Ιωσήφ Ησυχαστής



Λέγε ακατάπαυστα την ευχή “Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησόν με” με τη γλώσσα και με τον νου. Όταν η γλώσσα κουράζεται ας αρχίζει ο νους. Και πάλιν όταν ο νους βαρύνεται, η γλώσσα . Μόνον να μην παύεις. Λοιπόν όταν ευχόμενος κρατάει τον νου του να μην φαντάζεται τίποτα, αλλά προσέχει μόνον στα λόγια της ευχής.

Γέροντας Ιωσήφ Ησυχαστής

Πηγή: dakriametanoias.blogspot.ca