

1 Δεκεμβρίου 2017

Την υποβιβάζει (Γέροντας Ιωσήφ Βατοπαιδινός († 2009))

/ [Ρήματα ζωής](#)

Image not found or type unknown



Το αποτελεσματικότερο μέσο φωτισμού του νου και γεννήτρια της προσευχής είναι η αγρυπνία. Ο κόρος της υπνηλίας υποβιβάζει άμεσα τη διαύγεια του νου. Μειώνεται η διανοητική ικανότητα της λογικής φύσης να συγκρίνει, διακρίνει, επιλέξει και εφαρμόσει όσα η νόμιμη άσκηση απαιτεί. Η αγρυπνία, ως μέσο της φίλης των Πατέρων μας φιλοπονίας, πάντοτε προηγείτο στους ασκητικούς αγώνες. Και είναι γνωστή η υπερβολική άσκηση των Πατέρων στην αγρυπνία. Επέμεναν στα πολλαπλά οφέλη αυτής της αρετής, επειδή συντελούσε άριστα στη διανοητική εργασία από την οποία εξαρτώνται όλα.

Γέροντας Ιωσήφ Βατοπαιδινός