

## Είπε Γέρων, Πράξεις Μετάνοιας!

[Ορθόδοξο Γέροντα Ουασιλίδη / Ορθόδοξο Γέροντα](#)



(Βασισμένο στο βιβλίο του Γέροντος Ιωσήφ

Βατοπαιδινού

Άσκηση η Μητέρα του Αγιασμού.)

Η των πατέρων πρακτική  
στο στίβο της μετάνοιας,  
επτά προτάσεις του αθλητή,  
προς πείσμα της παράνοιας....

Πράξη πρώτη η ησυχία  
και ακολουθά η νηστεία,  
πράξη τρίτη, η αγρυπνία  
να κρατείς γερά τα ινία..... [\(περισσότερα...\)](#)