

25 Μαΐου 2015

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

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Αγ. 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](http://dakriametanoias.blogspot.ca)