

Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με (Γέρων Ἰωσήφ ὁ Ἡσυχαστής)

[Ἅγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ἄγ. Ἰωσήφ Ἡσυχαστής](#) / [Ἅγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#)



Προσπάθησε πάντα ἡ εὐχή τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ νὰ ἐπενδύη ὅλα τὰ ἔργα σου, κάθε πνοή καὶ κάθε νόημα. Ὡ τότε πόσο θὰ εὐφραίνεται ἡ καρδία σου! Πόσο θὰ χαίρεσαι, διότι θὰ ἀνεβαίνει ὁ νοῦς εἰς τὰ οὐράνια. Διὰ τοῦτο μὴν ἀμελῆς νὰ λέγῃς: Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με.



Όταν ψάλης θὰ κατανοῆς τὰ ψαλλόμενα· θὰ ἔχης ὄρεξιν καὶ φωνὴν ἱκανὴν καὶ ταπεινὴν διὰ νὰ ἀποδίδῃς καθὼς ἀρμόζει τὰ λόγια τοῦ Θεοῦ. Διὰ τοῦτο μὴν ἀδικῆς ἄλλο τὴν ψυχὴν σου, ἀλλὰ καὶ ψάλλων λέγε ἐνδόμυχα τὴν εὐχὴν· Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με.

Όταν ἐργάζεσαι ἄς μὴν ἀπορροφᾶται ὅλη σου ἡ δύναμις εἰς τὴν ἐργασίαν, ἀλλὰ νὰ λέγῃς -ψιθυριστὰ καὶ τὴν εὐχὴν. Τότε καὶ τὰ ἔργα σου θὰ εἶναι ὀρθά, χωρὶς λάθη, καθαρὰ ἀπὸ λογισμοὺς καὶ ἡ ἀπόδοσις τῆς ἐργασίας σου θὰ εἶναι μεγαλυτέρα. Λέγε λοιπὸν τὴν εὐχὴν τοῦ Ἰησοῦ Χριστοῦ, διὰ νὰ εὐλογοῦνται τὰ ἔργα σου· Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με.

Τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιον σκεπάζει τὴν ψυχὴν ποὺ εὐχεται. Εἰσέρχεται μέχρι τὰ βάθη τῆς ψυχῆς, ἐλέγχει ὅλον τὸν ἐσωτερικὸν κόσμον τῆς ψυχῆς καὶ τὸν κατευθύνει πρὸς τὸ θέλημα τοῦ Θεοῦ τὸ Ἅγιον. Τότε μόνον ἡ ψυχὴ ἔχει τὴν δύναμι, νὰ εἴπῃ μαζὺ μὲ τὸν Προφήτην. «Εὐλόγει ἡ ψυχὴ μου τὸν Κύριον καὶ πάντα τὰ ἐντός μου, τὸ ὄνομα τὸ Ἅγιον αὐτοῦ». Λέγε λοιπὸν τὴν εὐχὴν διὰ νὰ ἔχῃς τὴν σκέπην τοῦ Ἁγίου Πνεύματος.

Όταν τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιον καλύπτει τὴν ψυχὴν σου, αἰσθάνεσαι μιὰ πληρότητα καὶ μιὰ ταπείνωσιν. Δὲν ἐπηρεάζεσαι ἀπὸ τὴν ἀδικία, τὴν εἰρωνεία ἢ τὸν ἔπαινον. Ζῆς σὲ μιὰ ἀτμόσφαιρα πνευματικὴ ποὺ δὲν εἰσέρχεται εὐκόλα ὁ ἴος τῆς ἀμαρτίας. Ὁ πνευματικὸς ἀνακρίνει τὰ πάντα, αὐτὸς δὲ ὑπ' οὐδενὸς ἀνακρίνεται. Τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιον σοῦ δίδει ἄλλα μάτια καὶ ἄλλην κρίσιν. Λέγε συνεχῶς τὴν εὐχὴν, διὰ νὰ ζῆς ἄνετα μέσα σὲ κάθε περιβάλλον· Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με.

Ὡς ἄνθος ἀμάραντον καὶ δένδρον εὐσκιόφυλλον πεφυτευμένον παρὰ τὰς διεξόδους τῶν ὑδάτων τοῦ Ἁγίου Πνεύματος γίνεται ἡ ψυχὴ σου ὅταν λέγης· Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με.

Λέγε τὴν εὐχὴν καὶ ἄφησε τὴν χάριν τοῦ Ἁγίου Πνεύματος νὰ εἰσέλθῃ εἰς τὰ βάθη τῆς ψυχῆς σου. Γίνε τότε ἄγρυπνος θυρωρὸς τοῦ οἴκου τῆς ψυχῆς σου καὶ θεατῆς τῶν ἐνεργειῶν τοῦ Ἁγίου Πνεύματος καὶ λέγε μετ' εὐφροσύνης· Κύριε Ἰησοῦ Χριστέ, ἐλέησόν με.

Τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιον εἶναι ἡ εὐλογία ὅλου τοῦ κόσμου. Τὸ Πνεῦμα τὸ Ἅγιον εἶναι τὸ φῶς καὶ ἡ ζωὴ τῆς ψυχῆς, ἡ ὁποία ἀνυμνεῖ καὶ δοξολογεῖ ἀπὸ τὰ βάθη αὐτῆς τὸ Ὄνομα τῆς Ἁγίας Τριάδος. Ἀμήν.

Πηγή: agiazoni.gr