

ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΙΩΣΗΦ (19) ΑΣΚΗΣΗ, Η ΜΗΤΕΡΑ ΤΟΥ

[Γέρ. Ιωσήφ Βατοπαιδινός / Ορθόδοξη](#)



Η ΑΣΚΗΣΗ ΤΗΣ ΝΟΕΡΑΣ

ΠΡΟΣΕΥΧΗΣ ΣΤΟΝ ΚΟΣΜΟ

Δεν υπάρχει κίνδυνος πλάνης, όπως διαδίδεται από μερικούς αδαείς, αρκεί να λέγεται η ευχή με τρόπο απλό και ταπεινό. Είναι πολύ απαραίτητο, όταν λέγεται η ευχή, να μην υπάρχει στο νου καμμιά εικόνα, ούτε του δεσπότη μας Χριστού, σε οποιαδήποτε μορφή, ούτε της Κυρίας Θεοτόκου ή κάποιου άλλου προσώπου ή παράστασης. Η εικόνα είναι ο τρόπος του σκορπισμού του νου. Πάλι, με την εικόνα

γίνεται η είσοδος των λογισμών και της πλάνης. Ο νους πρέπει να μένει στην έννοια των λόγων της ευχής και με πολλή ταπείνωση να περιμένει ο άνθρωπος το θείο έλεος. Οι τυχόν φαντασίες ή φώτα ή κινήσεις, κρότοι και θόρυβοι είναι απαράδεκτα ως διαβολικά τεχνάσματα για να παρεμποδίσουν ή να παραπλανήσουν.

Ο τρόπος της παρουσίας της Χάρης στους εισαγωγικούς είναι χαρά πνευματική ή δάκρυα ήρεμα και χαροποιά, ή ήρεμος φόβος από τη μνήμη των αμαρτιών για να αυξηθεί το πένθος και το κλάμα. Προοδευτικά η Χάρη γίνεται αίσθηση της αγάπης του Χριστού, οπότε εξαφανίζεται τελείως ο μετεωρισμός του νου και θερμαίνεται η καρδιά στην αγάπη του Θεού τόσο, ώστε νομίζει ότι δεν θ' αντέξει άλλο και άλλοτε πάλι, σκέφτεται και θέλει να μείνει, όπως ακριβώς βρίσκεται για πάντα και τίποτε άλλο να μη δει ή να ακούσει.

Όλα αυτά και διάφορες άλλες μορφές αντίληψης και παρηγοριάς είναι εισαγωγικά σε όσους προσπαθούν να λένε και να κρατούν την ευχή, όσο από αυτούς εξαρτάται και γενικά όσο μπορούν. [\(περισσότερα...\)](#)