

14 Μαρτίου 2023

# Μην την παραφορτώνεις

Άγιος Ιωάννης της Κροστάνδης



Η καρδιά είναι από τη φύση της καθαρή, πνευματική, ουράνια. Φύλαξέ την. Μην

την παραφορτώνεις, μην την κάνεις γήινη. Να είσαι μετρημένος στο φαγητό και το ποτό και γενικά στις σωματικές απολαύσεις. Η καρδιά είναι ναός του Θεού. Να γίνεις χριστιανός στην καρδιά σου, να είσαι πάντα ειλικρινής και ευθύς στην προσευχή σου.

**Άγιος Ιωάννης της Κροστάνδης**