

5 Απριλίου 2021

## **Στάρετς Ιωσήφ: Αν θέλεις να επιτύχεις στην προσευχή του Ιησού, οφείλεις να είσαι σε όλα ταπεινός!**

/ [Αγίων και Γερόντων παραινέσεις](#)



*Στάρετς Ιωσήφ (1837-1911).*

(Επιμέλεια Στέλιος Κούκος)

Ένας άλλος πνευματικός του υιός του είπε: με τις άγιες ευχές σου, Γέροντα, δόξα τω Θεώ, συνηθισα την προσευχή έστω και αν αυτή είναι εξωτερική!

Του απάντησε: Αυτό δεν έχει σημασία! Όσο πιο πολύ φροντίζεις και κάνεις τον κανόνα σου, τόσο πιο πολύ θα μεγαλώνει ο πόθος σου να ασχολείσαι με την προσευχή του Ιησού.

Και τότε θα προσεύχεσαι πολύ περισσότερο από ό,τι ορίζει ο κανόνας σου.

Για την προσευχή του Ιησού ο π. Ιωσήφ έλεγε: Πρέπει να την λέμε αργά και καθαρά. Κάνοντας παύσεις ανάμεσα στις ευχές!

Βέβαια τότε μας έρχονται λογισμοί. Ο διάβολος προσπαθεί να μας αποσπάσει από την προσευχή!

Εμείς οφείλομε να ριχτούμε τότε στην προσευχή με πιο πολύ ζήλο. Και τότε οι λογισμοί, δηλ. ο διάβολος που μας τους φέρει, νικημένος με το φοβερό όνομα του Ιησού θα φύγει.

Είπε ο π. Ιωσήφ: Πολλοί πενθούν αλλ' όχι για τον θάνατο!

Πολλοί θρηνούν αλλ' όχι μια τις αμαρτίες τους!

Πολλοί φαίνονται ταπεινοί· αλλά στην πραγματικότητα δεν είναι!

Αν θέλεις να επιτύχεις στην προσευχή του Ιησού, οφείλεις να είσαι σε όλα ταπεινός: στο βλέμμα. Στο βάδισμα. Στο ντύσιμο. Σε όλη σου την συμπεριφορά.

Η προσευχή του Ιησού δίνει μεγάλη ωφέλεια στην ψυχή αυτού που την λέει.

Πρέπει να συνηθίσωμε να την λέμε.

Και τότε σε καιρό ασθενείας θα μας είναι παρηγορία.

Όταν συνηθίσεις να προσεύχεσαι αδιάλειπτα, δεν θα αισθανθής ποτέ πλήξη.

Η ευχή θα σε παρηγορεί.

Μα αν, τότε που είσαι υγιής, δεν προσεύχεσαι, να το ξέρεις: θα την αναζητήσεις, όταν πια θα βρίσκεσαι σε κατάσταση οδύνης!

Αλλά τότε θα σου είναι πολύ δύσκολο, να μάθεις να προσεύχεσαι.

Γι' αυτό, όσο και αν το βλέπεις ότι δεν είναι καθαρή η προσευχή σου, μη πάψεις ποτέ να λες με ταπείνωση: Κύριε, Ιησού Χριστέ, Υιέ του Θεού, ελέησέ με, τον αμαρτωλό.

Και ο Θεός, «καρδίαν συντετριμμένην και τεταπεινωμένην ουκ εξουδενώσει».

*Από το βιβλίο "Στάρετς Ιωσήφ", έκδοση Ιεράς Μητροπόλεως Νικοπόλεως.*

**<https://bit.ly/3dBk8o4>**