

Σεραφείμ του Σάρωφ: Ένωσε το πνεύμα με την καρδιά και προσευχήσου

/ [Ορθόδοξες Προβολές](#)



Όταν αρχίσεις την ευχή, συγκέντρωσε όλες τις εσωτερικές δυνάμεις του πνεύματός σου, ένωσε τες με εκείνες της καρδιάς σου και παρέμενε ακίνητος.

Για μιά ή δυό ή και περισσότερες μέρες σκέψου μόνο το νόημα αυτών που λες, προφέροντας κάθε λέξη ξεχωριστά και προσεχτικά.

Όταν ο Κύριος θερμάνει την καρδιά σου με τη Χάρη Του, η εσωτερική προσευχή θα γίνει σαν μιά πηγή ζώντος ύδατος που ρέει ακατάπαυστα, ανατρέφοντας συνέχεια και ζωογονώντας σε.

Άγιος Σεραφείμ του Σαρώφ.