

12 Δεκεμβρίου 2009

## Γέροντος Ιωσήφ Βατοπαιδινού: «Άσκησι, η μητέρα του αγιασμού» (11)

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Γέρ. Ιωσήφ Βατοπαιδινός](#) / [Έργα Γέρ. Ιωσήφ](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



*Τα ασκητικά Καρούλια στο Άγιο Όρος*

Μνήμη θανάτου και των μελλόντων

Η πρώτη αρχή και υγιής βάση της ησυχίας είναι η παραμονή σε ένα τόπο και η ακριβής τήρηση κατάλληλου προγράμματος με επιμονή.

Στην αρχή, συγκέντρωση του νου από τον ακατάσχετο μετεωρισμό, με πρώτη τη μνήμη του θανάτου. Όχι μνήμη θανάτου αόριστα και γενικά. [\(περισσότερα...\)](#)