21/03/2024

Δεν πρέπει να ατονεί στο σώμα ο αγωνιστής, αλλά να έχει την απαραίτητη αντοχή για τον αγώνα!

/ Πνευματικά Αποσπάσματα

Όσιος Διάδοχος Επίσκοπος Φωτικής

(Επιμέλεια Στέλιος Κούκος)

Όπως όταν το σώμα είναι βαρύ από πολλά φαγητά, κάνει το νου δειλό και δυσκίνητο, έτσι και όταν, αντίθετα, ατονεί από τη μεγάλη εγκράτεια, κάνει το θεωρητικό μέρος της ψυχής να γίνεται σκυθρωπό και ν' αποφεύγει τους λόγους.

Πρέπει λοιπόν να κανονίζουμε τις τροφές ανάλογα με την κατάσταση του σώματος, ώστε, όταν αυτό είναι υγιές, να χαλιναγωγείται όπως πρέπει, και όταν είναι άρρωστο, να περιθάλπεται με μέτρο.

Γιατί δεν πρέπει να ατονεί στο σώμα ο αγωνιστής, αλλά να έχει την απαραίτητη

αντοχή για τον αγώνα, ώστε και οι σωματικοί κόποι να συμβάλλουν ανάλογα στην κάθαρση της ψυχής.

Η νηστεία βέβαια αυτή καθεαυτή είναι αφορμή για καύχηση, αλλά όχι απέναντι στο Θεό.

Γιατί δεν είναι παρά ένα εργαλείο, που βοηθάει όσους θέλουν ν’ αποκτήσουν σωφροσύνη.

Δεν πρέπει λοιπόν οι αγωνιστές της ευσέβειας να έχουν μεγάλη ιδέα γι’ αυτήν, αλλά μόνο να περιμένουν με πίστη στο Θεό την εκπλήρωση του σκοπού τους.

Γιατί κι εκείνοι που γνωρίζουν καλά μια τέχνη, δεν καυχιούνται ποτέ για τα εργαλεία της τέχνης τους, αλλά περιμένει ο καθένας το αποτέλεσμα της δουλειάς του, για να δείξει μ’ αυτό την ικανότητά του.

Όταν η γη ποτίζεται με μέτρο, αποδίδει καθαρό και πολλαπλάσιο το σπόρο που της έριξαν, ενώ όταν δέχεται υπερβολική βροχή, φέρνει μόνο αγκάθια και τριβόλια.

Έτσι και η γη της καρδιάς, αν μεταχειριζόμαστε με μέτρο το κρασί, παράγει καθαρά τα φυσικά σπέρματά της, και όσα σπείρονται σ’ αυτήν από το Άγιο Πνεύμα τα δίνει θαλερά και πολύκαρπα.

Αν όμως βραχεί από την πολυποσία, τότε όλοι οι λογισμοί της γίνονται πραγματικά αγκάθια και τριβόλια.

Αποσπάσματα από τον «Μικρό Ευεργετινός» της Ιεράς Μονή Παρακλήτου.

Πηγή: pemptousia.gr