

Regula de aur a postului



Au cercat Părinții și aceea că nu tuturor le este potrivită mâncarea verdețurilor sau a legumelor și nici posmagul nu-l pot folosi ca hrană toți. Și au zis Părinții că unul mâncând două litre de pâine e încă flămând, iar altul mâncând o litră, sau șase uncii, se satură. (Uncia este uncia romană : 27 gr. 165 mlgr.).

Deci, precum am zis mai nainte, le-a dat tuturor o singură regulă pentru înfrânare: să nu se amăgească nimeni cu săturarea pântecelui și să nu se lase furat de plăcerea gâtlejului. Pentru că nu numai deosebirea felurilor, ei și mărimea cantității mâncărilor face să se aprinză săgețile curviei.

Căci cu orice fel de hrană de se va umplea pântecele, naște sămânța desfrânării; asemenea nu numai aburii vinului fac mintea să se îmbete, ci și săturarea de apă, precum și prisosul a orice fel de hrană o moleșește și o face somnoroasă. În Sodoma nu aburii vinului, sau ai bucatelor felurite au adus prăpădul, ci îmbuibarea cu pâine, cum zice Prorocul. (Ezechiel 16:49) Slăbiciunea trupului nu dăunează curăției inimii, când dăm trupului nu ceea ce voiește plăcerea, ci ceea ce cere slăbiciunea.

De bucate numai atât să ne slujim, cât să trăim, nu ca să ne facem robi pornirilor poftelor. Primirea hranei cu măsură și cu socoteală, dă trupului sănătatea, nu îi ia sfințenia.

















































asceticexperience.com