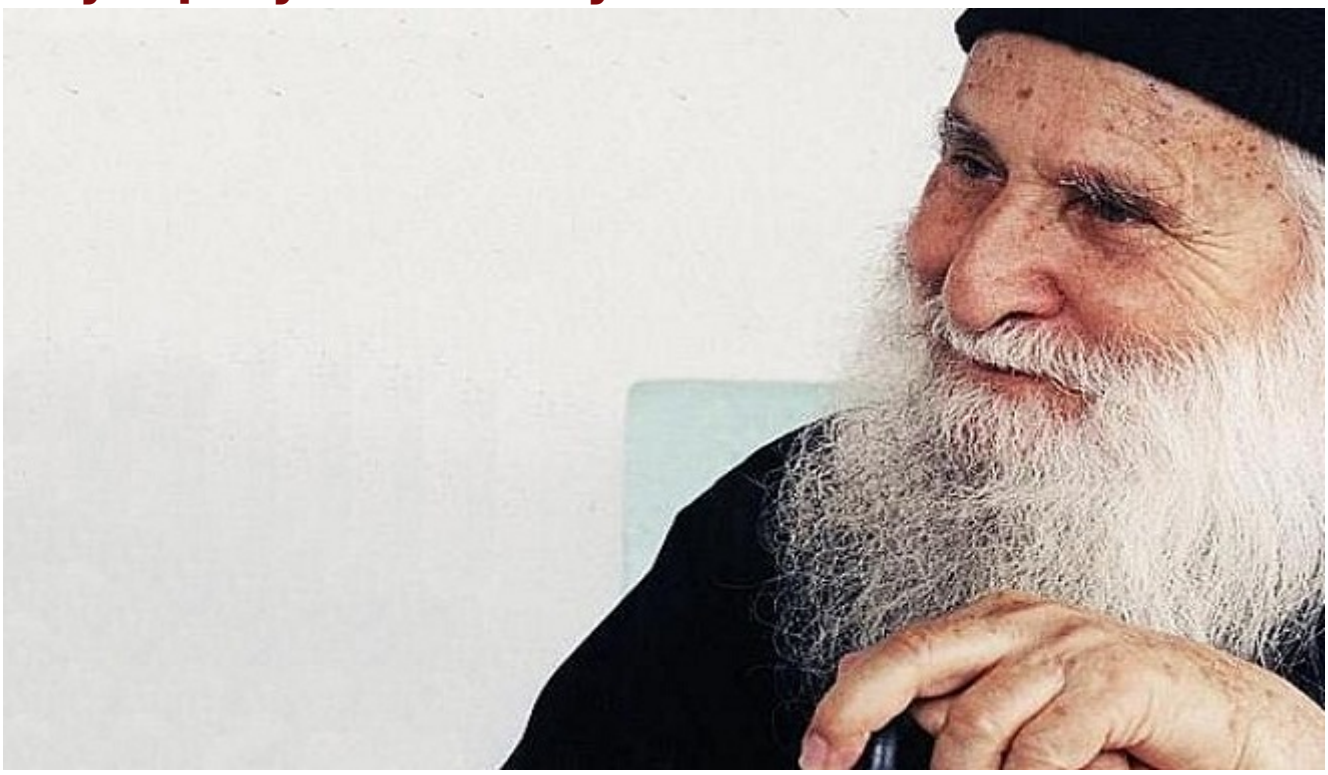
27/04/2021

Старац Јосиф Ватопедски: Писмо духовном сину о разумном посту



Поштовани М.

Благодат Христова нека буде с вашим духом.

Примио сам ваше писмо и пажљиво прочитао његов садржај. Похвално није толико питање само по себи, колико ваше добре намере и одлучност за строжији живот у Христу и у томе вам желим да увек напредујете без краја.

Тема хране, као наше потребе, тиче се свих нас. Заиста, могао бих рећи, држи нас у ропству, посебно због екстраваганције наше генерације. Али одрећи се једног од главних облика хране, поготово ако то учините изненада, није ни корисно ни похвално ... изговор да је можда превише волимо за то. Свети Оци ово нити хвале нити препоручују, али по мом мишљењу најбољи је средњи пут. Шта је то? Да смањимо њен унос, тако да наше здравље буде стабилно, и не треба правити драму око тога кад М. не једе месо, јер то је бесмислена борба охолости и уобразености. Исто важи и за слаткише, јер су они такође неопходни за нормалност и равнотежу живота, под условом да се конзумирају у разумној количини.
У сваком случају, самоограничавање, као неопходно правило живота, може се

применити само на овај начин и оно тада постаје подстрек разумности и равнотеже у животу. Читав психосоматски начин и правац нашег живота зависи од ове опште самоконтроле у погледу исхране и из тога произилази равнотежа тела и душе.

Тада поремећени сан постаје смирен, нестају лоше мисли и ставови и ствара се пораст ревности и ентузијазма.

Зато наставите, али у оквиру разума и ако, понекад, не успете да урадите оно што желите, немојте бити разочарани. Почните изнова и изнова и, Христовом милошћу, сигурно ћете успети.

Ви сте особа која се меша са другима и ово су тешка и нездрава времена. Не можете живети по монашком правилу које је чак и монасима и монахињама тешко да примене.

Са пуно љубави и наклоности у Христу

Понизни монах, старац Јосиф (Ватопедски)

Извор: https://pemptousia.com

mirtopolija.com