

Πως θα ανασυνταχθούμε για έναν δύσκολο χειμώνα

/ [Ορθόδοξες Προβολές](#)



Σωματικά με διατροφή και πνευματικά με προσευχή και αλλαγή στάσης ζωής.

Το Καλοκαίρι φεύγει σιγά σιγά δίνοντας τη θέση του στο **Φθινόπωρο** και τον **Χειμώνα** που πρέπει να μας βρει προετοιμασμένους σωματικά, ψυχικά και κυρίως πνευματικά. Οι μάχες είναι πολλές, τόσο στο σώμα όσο και στο πνεύμα και οι υποσχέσεις που δίνουμε στον εαυτό μας το Καλοκαίρι διαψεύδονται πολύ γρήγορα όταν η καθημερινότητα έρχεται να καταβροχθίσει όλη μας την ενέργεια. Οι επιστήμονες δίνουν μεγάλη βαρύτητα στη διατροφή, την άσκηση και τη αυτοσυγκράτηση ωστόσο το Πνεύμα είναι αυτό που πρέπει να χαλιναγωγηθεί πρώτα για να δαμάσει το απείθαρχο σώμα που ρέπει προς την αυτοκαταστροφή του. Ένα δυνατό πνεύμα είναι υπεύθυνο για τις δυνάμεις του δικού του σωματικού στρατού, ως εκ τούτου μόνο η **πνευματική ανασυγκρότηση** μπορεί να φέρει την αναγέννηση, η οποία θα πρέπει να διέπει την καθημερινότητά μας. Σήμερα όλοι εμείς γνωρίζουμε ότι το πνεύμα βάσει του Λόγου του Θεού είναι το ζωοποιόν, αυτό δηλαδή που δύναται να ζωοποιήσει το σώμα μας το οποίο είναι ναός του εν

ημίν Αγίου Πνεύματος, ο φθείρων τον ναό του Θεού τούτον θέλει φθείρει ο Θεός (Κορινθίους Α΄ 3:17, 6:19).

[Διαβάστε εδώ τη συνέχεια](#)