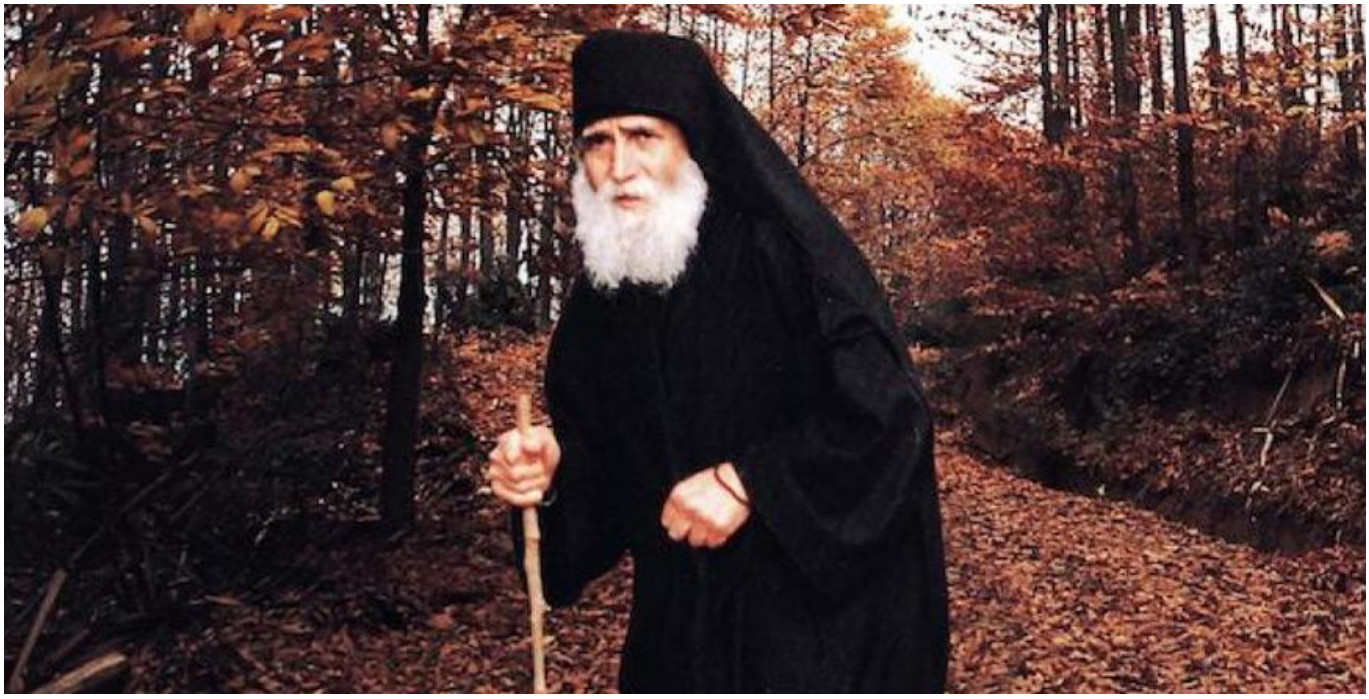
23/10/2021

# Τι συνιστά ο Άγιος Παΐσιος για τη διατροφή: Το μέλι, το λάδι και το κρασί

/ Πνευματικά Αποσπάσματα



«Η τροφή είναι το «φάρμακο» σου και το φάρμακο σου είναι η τροφή!». Από τότε που ο **Ιπποκράτης** διατύπωσε τη συγκεκριμένη άποψη, πολλοί επιστήμονες, γιατροί, διατροφολόγοι αλλά και πνευματικοί άνθρωποι ανακάλυψαν και απέδειξαν ότι ορισμένες τροφές διαθέτουν ιδιαίτερες ιδιότητες, οι οποίες προάγουν το σύνολο της ανθρώπινης υγείας. Πράγματι, η σημερινή επιστημονική έρευνα έρχεται να επιβεβαιώσει την άποψη αυτή αποδεικνύοντας τις **ευεργετικές δράσεις ορισμένων τροφίμων.**

**ΔΙΑΒΑΣΤΕ την συνέχεια στο christianityart.gr**