

Πώς αποφεύγουμε την κατάθλιψη

/ [Πνευματικά Αποσπάσματα](#)



«Σε νέα χήρα που ήταν πολύ λυπημένη, ο όσιος Γέροντας Πορφύριος έδωσε οδηγίες να εργάζεται εντατικά, για να μπορέσει να αποφύγει την κατάθλιψη που την απειλούσε. Με την εργασιοθεραπεία και την προσευχή, που της συνέστησε ο όσιος, είχε εκπληκτικά αποτελέσματα. Η θλίψη της μεταβλήθηκε σε εσωτερική γαλήνη και χαρά, μέχρι σημείου που να διερωτάται μήπως παραφρόνησε. Ο Γέροντας την καθησύχασε και την διαβεβαίωσε ότι η πνευματική χαρά της προέρχεται από τη χάρη του Χριστού που έλαβε»

(Όσιος Πορφύριος καυσοκαλυβίτης, από βιβλίο: Ανθολόγιο Συμβουλών, έκδ. Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, Μήλεσι Αττικής).

Διαβάστε τη συνέχεια [ΕΔΩ](#)