

Την ώρα της λειτουργίας είχα...τα ψάρια στο νου μου!

/ [Ορθόδοξη πίστη](#)



Μέτρο νηστείας

«Για να έχει τη χάρη, πρέπει να είναι εγκρατής σε όλα ο άνθρωπος: στις κινήσεις, στην ομιλία, στην όραση, στους λογισμούς, στην τροφή. Για κάθε είδους εγκράτεια βοηθάει η μελέτη του λόγου του Θεού. Η οσία Μαρία η Αιγυπτία πήρε με τα δάκτυλά της λίγους κόκκους σιτάρι από τον Άγιο Ζωσιμά και είπε: «Αρκετό με τη χάρη του Θεού». Πρέπει να μάθουμε να τρώμε όσο γίνεται λιγότερο – αλλά με

διάκριση κι αυτό, ανάλογα με την εργασία μας. Το μέτρο της εγκράτειας πρέπει να είναι τέτοιο που να παραμένει η καρδιά στη προσευχή μετά το φαγητό.
[\(περισσότερα...\)](#)