

## **Η νηστεία της Εκκλησίας και η «Ενεργειακή διατροφή» της Νέας Εποχής (π. Σωτήριος Ο. Αθανασούλιας)**

**Categories :** [ΘΕΟΛΟΓΙΑ](#)

**Date :** 15 Μαρτίου, 2012

### **Νηστεία και «Νηστειοθεραπεία»**

Από τά πανάρχαια χρόνια είναι γνωστά τά ενεργειακά αποτελέσματα τής νηστείας. Ἡ νηστεία είναι μιά μέθοδος διατροφής, πού ώφελει καί τό σῶμα καί τήν ψυχή. Οἱ γιατροί τή συνιστοῦν γιά τά ενεργειακά τής αποτελέσματα στήν υγεία τοῦ ἀνθρώπου, ἐνῶ οἱ διάφορες θρησκευτικές παραδόσεις τήν ἐπιβάλλουν μέ σκοπό τήν ἐπίτευξη κάποιων ἄλλων «πνευματικῶν» στόχων. Ἔτσι, συναντᾶμε τή νηστεία σέ ὅλες σχεδόν τίς θρησκείες, ἀπό ἀρχαιοτάτων χρόνων μέχρι σήμερα.

**Διαβάστε πλόκληρο το πολυτονικό άρθρο πατώντας [εδώ](#)**