Τα ευεργετικά αποτελέσματα των θλίψεων και η ζημία από την τρυφηλή ζωή και την πολυφαγία (Αγ. Ιωάννης Χρυσόστομος)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 11 Ιανουαρίου, 2013

ΣΤΗΝ ΠΡΟΣ ΕΒΡΑΙΟΥΣ ΕΠΙΣΤΟΛΗ

ΟΜΙΛΙΑ ΚΘ'
(Εβρ. 12, 4-10)

«Δεν αντισταθήκατε ακόμη μέχρις αίματος στον αγώνα σας κατά της αμαρτίας, και λησμονήσατε τη νουθεσία που σας απευθύνει ο Θεός, μιλώντας σας σαν παιδιά του· παιδί μου, ***μην παραμελής την παιδαγωγία του Κυρίου και μη χάνης το θάρρος σου όταν ελέγχεσαι από αυτόν. Διότι εκείνον που αγαπά ο Κύριος τον παιδαγωγεί, και μαστιγώνει κάθε παιδί του που το αποδέχεται.*** *Εάν* ***δέχεσθε με υπομονή την παιδαγωγία****, ο Θεός συμπεριφέρεται σε σας σαν παιδιά του. Διότι* ***ποιός υιός είναι εκείνος, που δεν τον παιδαγωγεί ο πατέρας του;****».*

Υπάρχουν **δύο είδη παρακλήσεως**, που, ενώ φαίνονται αντίθετα μεταξύ τους, όμως πολύ ενισχύουν το ένα το άλλο, τα οποία και τα δύο τα έχει αναφέρει εδώ. Το ένα δηλαδή είναι, όταν λέμε ότι μερικοί έχουν πάθει πολλά· διότι η ψυχή επαναπαύεται, όταν έχη πολλούς μάρτυρες των παθημάτων της, πράμα που προηγουμένως έκανε όταν είπε, «θυμηθήτε τις πρώτες ημέρες κατά τις οποίες φωτισθήκατε και υπομείνατε πολλή άθλησι και αγώνα παθημάτων και διωγμών»· και το άλλο, όταν λέμε, ότι «δεν έχεις πάθει κάτι μεγάλο»· διότι με τον λόγο αυτό βρίσκομε τον εαυτό μας και διεγειρόμαστε, ώστε με μεγαλύτερη προθυμία να τα υπομένουμε όλα. Και **το ένα την ταλαιπωρημένη ψυχή την ξεκουράζει και την κάνει ν' αναπνέη, ενώ το άλλο την ψυχή που έγινε ράθυμη και οκνηρή την ενισχύει και υποστέλλει το υψηλό φρόνημα**.

Για να μη τους γεννηθή λοιπόν υπερηφάνεια από εκείνη τη μαρτυρία, πρόσεχε τι κάνει· «δεν αντισταθήκατε», λέγει, «ακόμη στην αμαρτία, αγωνιζόμενοι μέχρις

αίματος», και ξεχάσατε τη νουθεσία. Και δεν παρουσίασε αμέσως τα κατάλληλα επιχειρήματα, αλλ', αφού τους έδειξε όλους εκείνους που έμειναν σταθεροί μέχρις αίματος, έπειτα, αφού πρόσθεσε το καύχημα του Χριστού τα παθήματα, τότε εύκολα τους κατηγόρησε. Αυτό και στους Κορινθίους γράφοντας λέγει· «πειρασμός δεν σας κατέλαβε άλλος, παρά μόνο ανάλογος προς τις ανθρώπινες δυνάμεις», δηλαδή μικρός· καθόσον είναι αρκετό αυτό να συγκινήση και ν' ανορθώση την ψυχή, όταν κατανοήση, ότι υπάρχουν ακόμα δοκιμασίες που δεν τις υπέφερε, και πείση τον εαυτό της από εκείνους που τις δέχθηκαν προηγουμένως. Αυτό που λέγει σημαίνει το εξής. **Ακόμα δεν θανατωθήκατε, η ζημιά σας φθάνει μέχρι τα χρήματα, μέχρι τη δόξα, μέχρι την καταδίωξι· ο Χριστός για σας έχυσε το αίμα του, ενώ εσείς ούτε για τους εαυτούς σας· αυτός μέχρι θανάτου αγωνίσθηκε για την αλήθεια, μαχώμενος για σας· ενώ εσείς ποτέ δεν θέσατε την ύπαρξί σας σε κινδύνους που απειλούν με θάνατο**.

«Και λησμονήσατε τη νουθεσία»· δηλαδή, **κατεβάσατε τα χέρια και παραλύσατε**. «Δεν αντισταθήκατε», λέγει, «στην αμαρτία αγωνιζόμενοι μέχρις αίματος». Εδώ δείχνει ότι και η επίθεσις της αμαρτίας είναι υπερβολική και οπλισμένη· διότι το, «αντισταθήκατε», έχει λεχθή γι' αυτούς που συνεχίζουν τον αγώνα τους. «Ξεχάσατε», λέγει, «τη νουθεσία τού Θεού, όταν σας μιλάη σαν παιδιά του· «παιδί μου μην παραμελής την διαπαιδαγώγησι του Κυρίου, και μην αποθαρρύνεσαι, όταν ελέγχεσαι από τον Κύριο». Τους παρηγόρησε με τα ίδια τα πράγματα· προσθέτει και την σε βαθμό μεγάλο παρηγοριά από τους λόγους, από τη μαρτυρία αυτή· **«μην αποθαρρύνεσαι», λέγει, «όταν ελέγχεσαι από τον Κύριο». Επομένως του Θεού είναι αυτά. Και αυτό είναι σε θέσι να προσφέρη μεγάλη παρηγοριά, όταν μαθαίνουμε ότι οι θλίψεις είναι έργο τού Θεού, εκείνος τις επιτρέπει**· όπως και ο Παύλος λέγει· «για τον πειρασμό αυτό τρεις φορές παρακάλεσα τον Κύριο να μου τον απομακρύνη και μου είπε ο Κύριος· σου είναι αρκετή η χάρις μου· διότι η δύναμίς μου αποδεικνύεται τέλεια όταν ο άνθρωπος είναι αδύναμος». Ώστε εκείνος είναι που τα επιτρέπει.

«Διότι όποιον αγαπά ο Κύριος τον παιδαγωγεί, και μαστιγώνει κάθε παιδί του που το αποδέχεται ως δικό του». **Δεν μπορείς, λέγει, να πης ότι υπάρχει κάποιος δίκαιος χωρίς θλίψι**· διότι, κι' αν έτσι φαίνεται, όμως δεν γνωρίζουμε εμείς τις άλλες θλίψεις· ώστε **κάθε δίκαιος είναι ανάγκη να περάση διά μέσου των θλίψεων. Είναι διακήρυξις του Χριστού, ότι η πλατειά και ευρύχωρη οδός οδηγεί στην απώλεια, ενώ η στενή και γεμάτη θλίψεις στη ζωή. Εάν λοιπόν μέσω των θλίψεων είναι δυνατό να εισέλθη κάνεις στη ζωή, και δεν είναι δυνατό με άλλον τρόπο, άρα διά της στενής πύλης όλοι είσήλθαν, όσοι μετέβηκαν προς τη ζωή**. Εάν, λέγει, υπομένετε την παιδαγωγία, ο Θεός έρχεται κοντά σας σαν προς παιδιά του. Διότι ποιός υιός υπάρχει που δεν τον παιδαγωγεί ο πατέρας; Εάν τον παιδαγωγή, **άρα το κάνει για τη διόρθωσί του, και όχι για την τιμωρία και τον βασανισμό του**.

Πρόσεχε, από εκείνα από τα οποία πίστευαν ότι είχαν εγκαταλειφθή από τον Θεό, από αυτά λέγει ότι πρέπει να πιστεύουν, ότι δεν είναι εγκαταλειμμένοι. **Σαν να τους έλεγε· επειδή τόσα μεγάλα κακά επάθατε, νομίζετε ότι σας εγκατέλειψε ο Θεός και σας μισεί; Εάν δεν τα παθαίνατε, τότε έπρεπε να έχετε αυτήν την υπόνοια· διότι, εάν μαστιγώνη τον κάθε υιό του που τον αποδέχεται, εκείνος που δεν μαστιγώνεται, ίσως δεν είναι υιός**. Τί λοιπόν; λέγει· **οι πονηροί δεν υφίστανται κακοπαθήματα; Βεβαίως υφίστανται**· διότι πώς όχι; Αλλά **δεν είπε, 'καθένας που μαστιγώνεται είναι υιός', αλλά «καθένας πού είναι υιός μαστιγώνεται».** Αλλά δεν θα μπορέσης ν' απαντήσης· διότι **υπάρχουν και πολλοί πονηροί που μαστιγώνονται**, όπως ανδροφόνοι, ληστές, μάγοι, τυμβωρύχοι. **Όλοι εκείνοι τιμωρούνται για την κακία τους, και δεν μαστιγώνονται σαν υιοί, αλλά τιμωρούνται ως κακοποιοί**· ενώ εσείς ως υιοί. Βλέπεις πως από παντού παρουσιάζει συλλογισμούς, από τα θέματα της Γραφής, από λόγια, από γνωστές έννοιες, από παραδείγματα της ζωής; Έπειτα πάλι και από την κοινή συνήθεια. Αλλά εάν είσθε χωρίς παιδαγωγία, της οποίας μέτοχοι έχουν γίνει όλοι, άρα είστε νόθοι και όχι υιοί.

Βλέπεις ότι, όπως είπα προηγουμένως, **δεν είναι δυνατό να είναι υιός εκείνος που δεν παιδαγωγείται;** Διότι, όπως ακριβώς μέσα στις οικογένειες οι πατέρες αδιαφορούν για τα νόθα παιδιά, είτε αυτά δεν μάθουν τίποτε είτε δεν γίνουν ένδοξα, ενώ για τα γνήσια παιδιά τους αγωνιούν μήπως δείξουν αδιαφορία, έτσι και στην περίπτωσι αυτή. **Εφ' όσον η έλλειψις παιδαγωγίας είναι γνώρισμα των νόθων υιών, πρέπει να χαίρεσθε για την παιδαγωγία, εφ' όσον αυτή είναι απόδειξις της γνησιότητάς σας**. Σαν παιδιά του σας συμπεριφέρεται ο Θεός· γι' αυτό το λέγει αυτό. Έπειτα τους σαρκικούς μας πατέρες όταν μας τιμωρούσαν τους ντρεπόμασταν, και δεν θα υποταχθούμε πολύ περισσότερο στον Πατέρα των πνευμάτων, για να ζήσουμε;

Πάλι η προτροπή γίνεται από τα γνωστά σ' αυτούς παθήματα, από αυτά που οι ίδιοι υπέφεραν. Διότι, όπως ακριβώς εκεί λέγει, «να θυμάσθε τις πρώτες ημέρες», έτσι και εδώ λέγει, «ο Θεός σάς συμπεριφέρεται σαν παιδιά του», και δεν μπορείτε να πήτε, ότι δεν μπορούμε να τα υποφέρουμε, και μάλιστα σαν παιδιά του αγαπητά. Και εάν εκείνοι σέβωνται τους σαρκικούς τους πατέρες, πώς εσείς δεν θα σεβασθήτε τον Πατέρα τον επουράνιο; Αν και η διαφορά δεν φαίνεται μόνο από αυτό και από τα πρόσωπα, αλλά και από την ίδια την προτροπή και από το ίδιο το γεγονός· καθόσον δεν παιδαγωγούν για τα ίδια πράγματα ο Θεός και οι πατέρες. Γι' αυτό και προσθέτει· Διότι εκείνοι μας παιδαγωγούσαν για λίγες ημέρες και σύμφωνα με την κρίσι τους»· δηλαδή πολλές φορές απέβλεπαν στη δική τους ικανοποίησι και όχι πάντα στο δικό μας συμφέρον. Εδώ όμως δεν είναι δυνατό να το πούμε αυτό· διότι **δεν το κάνει αυτό αποβλέποντας στη δική του ικανοποίησι, αλλά για σας και για τη δική σας και μόνο ωφέλεια**· εκείνοι για να γίνεται χρήσιμοι και σ' αυτούς, και πολλές φορές και χωρίς αιτία, ενώ εδώ δεν υπάρχει κάτι τέτοιο.

Βλέπεις ότι και αυτό παρηγορεί; Διότι εκείνους κυρίους πλησιάζουμε, όταν δούμε ότι δεν διατάσσουν ή δεν συμβουλεύουν για δικό τους όφελος, αλλά όλη η φροντίδα τους αποβλέπει στο δικό μας συμφέρον. Πράγματι αυτό είναι ειλικρινής αγάπη, και αγάπη πραγματική, όταν, χωρίς να είμαστε καθόλου χρήσιμοι σ' εκείνον που μας αγαπά, αγαπιώμαστε απ' αυτόν. Διότι μας αγαπά, όχι για να λάβη, αλλά για να δώση· παιδαγωγεί, όλα τα κάνει, φροντίζει για όλα, για να μπορέσουμε εμείς να δεχθούμε τα αγαθά του. Διότι λέγει, «**οι σαρκικοί πατέρες για το μικρό χρονικό διάστημα αυτής της ζωής μάς παιδαγωγούσαν όπως φαινόταν καλό σ' αυτούς, ενώ ο Θεός μάς παιδαγωγεί για το συμφέρον μας, για να γίνουμε μέτοχοι της αγιότητάς του**». Τί σημαίνει, «της αγιότητος αυτού»; Δηλαδή, της καθαρότητας, ώστε να γίνουμε άξιοί του, όσο είναι δυνατό. **Εκείνος φροντίζει για να λάβετε, και όλα τα κάνει για να δώση τις δωρεές του, ενώ εσείς δεν φροντίζετε για να τις λάβετε**. «Είπα», λέγει, «στον Κύριο, εσύ είσαι ο Κύριός μου, διότι δεν έχεις ανάγκη από τα υλικά μου αγαθά».

«Έπειτα», λέγει, «τους σαρκικούς μας πατέρες τούς είχαμε παιδευτές και τους ντρεπόμασταν, και δεν θα υποταχθούμε πολύ περισσότερο στον Θεό, τον Πατέρα των πνευμάτων, για να ζήσουμε;». «Στον Πατέρα τών πνευμάτων»· ή εννοεί τον Πατέρα τών χαρισμάτων, ή των ευχών, ή των ασωμάτων δυνάμεων. Εάν έτσι πεθάνουμε, τότε θα ζήσουμε. Και σωστά είπε. Διότι «οι σαρκικοί πατέρες μάς διαπαιδαγωγούσαν για τον λίγο χρόνο αυτής της ζωής, όπως φαινόταν καλό σ' αυτούς»· διότι δεν ήταν παντού συμφέρον μας αυτό που τους φαίνονταν σωστό· **ενώ ο Θεός αποβλέπει πάντα στο συμφέρον μας**.

Αρα η παιδεία είναι ωφέλιμη, άρα η παιδεία είναι μετάληψις αγιότητας. Και πολύ μάλιστα. Διότι, όταν απομακρύνη την ραθυμία, την πονηρή επιθυμία, τον έρωτα των βιωτικών πραγμάτων, όταν μεταμορφώνη την ψυχή, όταν την κάνη να καταδικάζη όλα τα επίγεια (καθόσον τέτοια είναι η θλίψις), δεν γίνεται αγία; δεν προσελκύει τη χάρι τού αγίου Πνεύματος; Ας έχουμε πάντοτε στο νου μας τους δικαίους, και ας δούμε πώς όλοι αυτοί έλαμψαν, και προ πάντων ο Αβελ, ο Νώε· άραγε **δεν έλαμψαν εξ αιτίας τής θλίψεως; Καθόσον δεν είναι δυνατό να μη θλιβόταν αυτός που ήταν ο μόνος δίκαιος μέσα σε τόσο πλήθος κακών**. Διότι λέγει, ο Νώε, ο οποίος ήταν ο μόνος τέλειος στην γενιά του, ευαρέστησε τον Θεό. **Σκέψου λοιπόν, σε παρακαλώ, εάν τώρα, έχοντας τόσους πολλούς προς μίμησι της αρετής τους, και πατέρες, και διδασκάλους, τόσο θλιβόμαστε, τί ήταν φυσικό να πάθη εκείνος, που ήταν ο μόνος ενάρετος μεταξύ τόσων πολλών;** Αλλά να πω τα σχετικά με την βροχή εκείνη την άγνωστη και παράδοξη; ή να αναφέρω τον Αβραάμ και όσα εκείνος έπαθε, δηλαδή, τις συνεχείς αποδημίες, την αρπαγή τής γυναίκας του, τους κινδύνους, τους πολέμους, τους πειρασμούς; Αλλά ν' αναφέρω τον Ιακώβ και τα τόσα δεινά που υπέφερε, ενώ τον κατεδίωκαν από παντού, και

κοπίαζε άδικα και μοχθούσε για άλλους; Πράγματι δεν είναι αναγκαίο ν' αναφέρω όλες τις δοκιμασίες του, είναι όμως σωστό ν' αναφέρω την μαρτυρία που και αυτός έλεγε συζητώντας με τον Φαραώ· «είναι λίγα και βασανισμένα τα χρόνια τής ζωής μου· δεν έφθασαν τα χρόνια τών προγόνων μου». Αλλά ν' αναφέρω τον Ιωσήφ; τον Μωϋσή; τον Ιησού; τον Δαυίδ; τον Σαμουήλ; τον Ηλία; ή να αναφέρω όλους τους προφήτες; Όμως **όλοι αυτοί θα βρης ότι έγιναν λαμπροί εξ αιτίας των θλίψεων**.

Πες μου λοιπόν εσύ θέλεις να γίνης λαμπρός μέσω της ανέσεως και της τρυφής; Όμως δεν θα το κατορθώσης. Μήπως θέλεις ν' αναφέρω τους αποστόλους; Αλλά και αυτοί όλοι ξεπέρασαν τις θλίψεις. Γιατί τα λέγω αυτά; Και ο Χριστός το λέγει αυτό· «εφ' όσον είσθε μέσα στον κόσμο θα έχετε θλίψεις»· και πάλι· «θα κλάψετε και θα θρηνήσετε εσείς· ενώ ο κόσμος θα χαρή», και «ότι**είναι στενή και γεμάτη δυσκολίες η οδός που οδηγεί στην αιώνια ζωή**». **Ο Κύριος της οδού τής ζωής είπε, ότι είναι στενή και γεμάτη θλίψεις η οδός, και εσύ ζητείς την πλατειά οδό; Και πώς δεν είναι παράλογο; Γι' αυτό δεν θα επιτύχης τη ζωή, επειδή βαδίζεις άλλη οδό, αλλά την απώλεια· διότι προτίμησες την οδό που οδηγεί εκεί.**

Θέλεις να αναφέρω και να παρουσιάσω αυτούς που ζουν μέσα στην τρυφή; Ανατρέχοντας από τις ημέρες μας ας έλθουμε στους παλαιούς χρόνους. Ο πλούσιος ο οποίος καίγεται στην κάμινο, οι Ιουδαίοι που ζουν για την κοιλιά τους, των οποίων ο θεός είναι η κοιλιά, εκείνοι που ζούσαν στην έρημο και επιζητούσαν διαρκώς την άνεσι, γιατί καταστράφηκαν; Όπως ακριβώς και αυτοί που ζούσαν επί της εποχής τού Νώε, δεν καταστράφηκαν επειδή προτίμησαν την μαλθακή και έκλυτη ζωή; Και οι κάτοικοι των Σοδόμων καταστράφηκαν εξ αιτίας της γαστριμαργίας· διότι λέγει, «λόγω της μεγάλης αφθονίας των άρτων, ήταν βουτηγμένοι στην ακολασία». Αυτό έχει λεχθή για τους κατοίκους των Σοδόμων. Αλλά εάν η αφθονία των άρτων προξένησε τόσο μεγάλο κακό, τί θα μπορούσαμε να πούμε για τα άλλα καρυκεύματα;

Ο Ησαύ δεν ζούσε μέσα στην άνεσι; Τί πάλι εκείνοι που είδαν τις γυναίκες τών υιών του Θεού και έπεσαν στον γκρεμό τής ακολασίας; Τί πάλι εκείνοι που ερωτεύθηκαν με μανία τούς άνδρες; Και όλοι οι βασιλείς τών εθνών, των Βαβυλωνίων, των Αιγυπτίων, δεν είχαν έναν άσχημο θάνατο; δεν βρίσκονται στην κόλασι; Αλλά και τώρα, πες μου, δεν συμβαίνουν τα ίδια; Ακουσε το Χριστό που λέγει· «αυτοί που φορούν μαλακά ενδύματα, ζουν στα βασιλικά ανάκτορα», ενώ όσοι δεν τα φορούν αυτά, είναι στους ουρανούς. Διότι το μαλακό ένδυμα παραλύει και την αυστηρή ψυχή και την διασπά και την διασκορπίζει· κι' άν λάβη τραχύ και σκληρό σώμα, γρήγορα μ' αυτήν την πολυτέλεια το κάνει μαλθακό και ασθενικό. Διότι πες μου, από πού αλλού νομίζετε ότι οι γυναίκες είναι τόσον ασθενείς; άραγε μόνο από τη φύσι τους; Ασφαλώς όχι, αλλά και από την αγωγή και την ανατροφή· διότι η ανατροφή στη σκιά, η αργία, τα λουτρά, τα μύρα, τα πολλά αρώματα, η απαλότητα του στρώματος, τις

κάνουν τέτοιες.

Και για να το καταλάβης πρόσεχε αυτό που θα πω. Από έναν κήπο δένδρων, που βρίσκονται στην έρημο και δέρνονται από τους ανέμους, πάρε ένα φυτό και τοποθέτησέ το σε τόπο υγρό και σκιερό· θα δης ότι γρήγορα θα εξασθενήση και θα χάση την πρώτη του ικμάδα. Το ότι αυτό είναι αληθές φαίνεται και από τις **γυναίκες που ζουν στην ύπαιθρο και είναι ισχυρότερες από τους άνδρες των πόλεων**, και πολλούς τέτοιους θα μπορούσαν εκείνες να καταβάλλουν στην πάλη. Και **όταν το σώμα γίνη μαλθακότερο, κατ' ανάγκη και η ψυχή δέχεται τη μαλθακότητα· διότι σε πολλές περιπτώσεις οι ψυχικές ενέργειες εξαρτώνται από τη σωματική διάθεσι**. Πράγματι κατά τη διάρκεια ασθενειών διαφορετικοί είμαστε εξ αιτίας τής μαλθακότητας και διαφορετικοί πάλι όταν είμαστε υγιείς. Όπως ακριβώς δηλαδή με την χορδή τού οργάνου, όταν οι φθόγγοι είναι απαλοί και μαλακοί και δεν είναι καλά τεντωμένοι, και η υπεροχή τής τέχνης τού μουσικού μειώνεται, επειδή αναγκάζεται να υπηρετή την αδυναμία τών χορδών· έτσι και στην περίπτωσι του σώματος, πολλές βλάβες δέχεται από αυτό και η ψυχή, πολλές ανάγκες. Διότι, όταν το σώμα έχει ανάγκη πολλής περιποιήσεως, και η ψυχή υπομένει την πικρή σκλαβιά.

Γι' αυτό, παρακαλώ, να το διατηρούμε ισχυρό και να μην το νοσηλεύουμε. Ο λόγος μου δεν απευθύνεται μόνο στους άνδρες, αλλά και στις γυναίκες. Γιατί, γυναίκα, παραλύεις συνεχώς το σώμα σου με την τρυφή και το εξασθενείς; Γιατί μειώνεις τη δύναμί του με το πάχος; Το πάχος το αποχαυνώνει δεν το ενδυναμώνει. Εάν όμως απομακρυνθής από αυτά και ασκής διαφορετικά τον εαυτό σου, τότε και το κάλλος το σωματικό θα συμβαδίζη με τη διάθεσι, εφ' όσον θα υπάρχη δύναμις και σωματική ευρωστία· εάν όμως το πολιορκής με μύριες ασθένειες, ούτε ανθηρό θα είναι, ούτε εύρωστο· διότι πάντα θα είσαι κατηφής.

Γνωρίζετε ότι, όπως ένα ωραίο σπίτι, όταν το χαμογελάση η ατμόσφαιρα, το δείχνει λαμπρό, έτσι και η χαρά τής ψυχής όταν προστεθή σ' ένα ωραίο πρόσωπο το κάνει ωραιότερο· ενώ όταν βρίσκεται μέσα στην κατήφεια και τους πόνους, γίνεται πιο άσχημο· και την κατήφεια την δημιουργούν οι ασθένειες και οι πόνοι τού σώματος· ενώ τις ασθένειες το σώμα που έγινε μαλθακότερο από την πολλή καλοπέρασι. Ώστε και γι' αυτόν τον λόγο ν' αποφεύγετε την ηδονή, εάν πείθεσθε στα λόγια μου. Αλλά, λέγει, υπάρχει ηδονή στις απολαύσεις. Όμως δεν είναι τόσο μεγάλη, όσες είναι οι δυσκολίες. Αλλωστε η ηδονή φθάνει μέχρι τον φάρυγγα, μέχρι τη γλώσσα· διότι μετά το σήκωμα του τραπεζιού ή την κατάποσι της τροφής, θα είσαι όμοιος μ' αυτόν που δεν πήρε μέρος σ' αυτά, ή καλύτερα πολύ χειρότερος, διότι φέρνεις από εκεί βάρη και διάτασι και κεφαλαλγία και ύπνο που μοιάζει με θάνατο, και πολλές φορές και αγρυπνία από τον χορτασμό, και δύσπνοια και ρέψιμο, και μύριες φορές θα

καταριέσαι την κοιλιά, ενώ **πρέπει να καταριέσαι την αμετρία**.

Ας μη παχαίνουμε λοιπόν το σώμα, αλλ' άς ακούσουμε τον Παύλο που λέγει· «μη φροντίζετε για τη σάρκα, προσπαθώντας πώς να ικανοποιήτε τις επιθυμίες της». Διότι, όπως ακριβώς αν κάποιος πάρη και βάλη τα τρόφιμα στον οχετό, έτσι και εκείνος που τα βάζει στο στομάχι του· ή καλύτερα όχι έτσι, αλλά πολύ πιο χειρότερα. Διότι στην περίπτωσι του οχετού γεμίζει αυτόν χωρίς να προξενή κακά στο εαυτό του, ενώ στην άλλη περίπτωσι προκαλεί και πάρα πολλές ασθένειες. Καθόσον η αυτάρκεια είναι αυτή που τρέφει το σώμα, και μπορεί να το τελειοποίηση· ενώ **το επί πλέον όχι μόνο δεν το τρέφει, αλλά και το καταστρέφει** . Αλλά κανείς δεν τα προσέχει αυτά, εξαπατώμενος από την άκαιρη ηδονή και τη συνηθισμένη αντίληψι.

Θέλεις να τρέφης το σώμα; Απομάκρυνε το περιττό, δίνε του το απαραίτητο και αυτό που μπορεί ν' ανεχθή· μην το βαραίνης για να μην το καταποντίσης. Η αυτάρκεια είναι και τροφή και ηδονή· διότι τίποτε δεν προξενεί τόση ηδονή, όση η εύπεπτη τροφή· τίποτε δεν φέρνει τόση υγεία, ούτε τόση οξύτητα αισθήσεων, ούτε απομακρύνει τόσο την ασθένεια. Αρα **η αυτάρκεια είναι τροφή και ηδονή και υγεία, ενώ το περιττό είναι και καταστροφή και αηδία και ασθένεια**. Καθόσον **αυτά που προξενεί η πείνα αυτά προξενεί και ο χορτασμός, ή καλύτερα και φοβερώτερα**· διότι η πείνα μέσα σε λίγες ημέρες ωδήγησε τον άνθρωπο στο θάνατο και τον απάλλαξε, ενώ ο χορτασμός, αφού καταφάγη και σαπίση το σώμα και το παραδώση σε μακροχρόνια ασθένεια, έπειτα το παραδίδει σε φοβερώτατο θάνατο. Εμείς όμως νομίζουμε ότι η πείνα είναι φοβερή δοκιμασία, ενώ τρέχουμε προς την πλησμονή που είναι φοβερώτερη από αυτήν.

Από που προέρχεται αυτή η ασθένεια, από που αυτή η τρέλλα; **Δεν λέγω να εξαντλούμε τους εαυτούς μας**, αλλά τόσο να τρεφώμαστε, πράγμα που και ηδονή φέρνει, την πραγματική ηδονή, και το σώμα μπορεί να θρέψη, κάμνοντάς το **ικανό και αρμονικό προς τις ενέργειες της ψυχής** και παρουσιάζοντάς το καλά στερεωμένο και συναρμοσμένο. Όταν όμως γεμίζη υπερβολικά με την τροφή, αφού διαλύση τους συνδέσμους, όπως θα έλεγε κανείς, και τις αρμονίες που το κάνουν στερεό, δεν θα μπορέση ν' αναχαιτίση την πλημμύρα, διότι όταν η πλημμύρα μπη μέσα διαλύει και καταστρέφει το πάν.

«Μη φροντίζετε για τη σάρκα σας», λέγει, «προσπαθώντας πώς να ικανοποιήτε τις επιθυμίες της». Και σωστά είπε, «για να ικανοποιήτε τις επιθυμίες της»· διότι η φιληδονία τροφοδοτεί τις παράλογες επιθυμίες, κι' άν ο φιλήδονος είναι πιο συνετός

από όλους, οπωσδήποτε θα πάθη κάτι από το κρασί, από τις τροφές, κατ' ανάγκη θα παραλύση, κατ' ανάγκη η επιθυμία θα κάνη μεγαλύτερη τη φλόγα. Από εδώ προέρχονται οι πορνείες, από εδώ οι μοιχείες· διότι η πεινασμένη κοιλιά δεν μπορεί να γεννήση τον έρωτα, άλλα ούτε και αυτή που είναι αυτάρκης· απεναντίας εκείνη που γεννά τις παράλογες επιθυμίες, είναι εκείνη που ζη άσωτα εξ αιτίας τής φιληδονίας. Και όπως ακριβώς η υπερβολικά υγρή γη γεννά τα σκουλήκια καθώς και η βρεγμένη και υπερβολικά υγρή κοπριά, ενώ εκείνη που είναι απαλλαγμένη από την υγρασία εκείνη και έχει κανονική υγρασία φέρνει πολλούς καρπούς· διότι, κι' όταν ακόμα δεν καλλιεργήται, παράγει χόρτο, όταν όμως καλλιεργήται παράγει καρπούς· έτσι κι' εμείς.

Ας μην αχρηστέψουμε λοιπόν τη σάρκα, ας μην την κάνουμε ανώφελη ή επιβλαβή, αλλά ας φυτέψουμε σ' αυτήν χρήσιμους καρπούς και φυτά καρποφόρα, κι' άς φροντίζουμε να μην εξασθενίση εξ αιτίας τής φιληδονίας· διότι και εκείνα όταν σαπίσουν βγάζουν σκουλήκια κι' όχι καρπούς. Έτσι και **η έμφυτη επιθυμία, εάν υπερβολικά την διαβρέξης, γεννά παράλογες ηδονές** και υπερβολικά μάλιστα παράλογες. Αυτή λοιπόν τη βλάβη ας την απομακρύνουμε με κάθε τρόπο, για να μπορέσουμε να επιτύχουμε τα αγαθά που μας έχει υποσχεθή, με τη βοήθεια του Ιησού Χριστού τού Κυρίου μας, και τα λοιπά.

(Πηγή: ΙΩΑΝΝΟΥ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ ΕΡΓΑ, τ. 25, ΠΑΤΕΡΙΚΕΣ ΕΚΔΟΣΕΙΣ «ΓΡΗΓΟΡΙΟΣ Ο ΠΑΛΑΜΑΣ»)