

## Γιατί λοιπόν, πες μου, παχαίνεις το σώμα;

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Άγ. Ιωάννης Χρυσόστομος / Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Ορθόδοξη πίστη](#)



*Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος*

Γιατί λοιπόν, πες μου, παχαίνεις το σώμα; Μήπως σε έχουμε για να σε θυσιάσουμε; Μήπως θα σε παραθέσουμε σαν έδεσμα σε κάποιο τραπέζι;

Τις όρνιθες καλό κάνεις και τις παχαίνεις· μάλλον δε ούτε και για εκείνες κάνεις καλά· γιατί, όταν παραπαχύνουν, είναι άχρηστες για υγιεινή δίαιτα. Τόσο μεγάλο κακό είναι η τρυφή (η καλοπέραση), ώστε και στα άλογα ζώα κάνει φανερή τη βλάβη.

Γιατί, με το να παρατρέφουμε τις όρνιθες, τις κάνουμε άχρηστες και γι' αυτές και

για μας. Επειδή τα περιττώματα μένουν ακατέργαστα και το υγρό σάπισμα προέρχεται ακριβώς από αυτό το πάχος.

Τα ζώα όμως που δεν τρέφονται με τόση υπερβολή, αλλά ζουν, θα έλεγε κανείς, με νηστεία και τρώνε με μέτρο και κοπιάζουν και ταλαιπωρούνται, αυτά και για τον εαυτό τους και για τους άλλους είναι πάρα πολύ χρήσιμα και σαν τροφή και ως προς όλα τα άλλα.

Πράγματι, οι άνθρωποι που σιτίζονται με αυτά είναι περισσότερο γεροί· ενώ, όσοι διατρέφονται με τα ζώα που προανέφερα, μοιάζουν με αυτά, γίνονται δηλαδή νωθροί και φιλάσθενοι και δεσμεύονται χειρότερα. Γιατί, τίποτε δεν είναι για το σώμα τόσο εχθρικό και βλαβερό, όσο η καλοπέραση και η καλοφαγία.

Επειδή τίποτε δεν αποδιοργανώνει και δεν βλάπτει και δεν καταστρέφει το σώμα τόσο, όσο η ασωτία. Γι' αυτό μάλιστα θα έμενε κανείς κατάπληκτος για τη μωρία τους αυτή εξ αιτίας αυτού, γιατί δεν θέλουν να επιδείξουν για τον εαυτό τους τόση φροντίδα ούτε όση άλλοι δείχνουν για τους ασκούς τους.

Επειδή εκείνοι μεν, οι έμποροι των κρασιών, δεν αφήνουν να περιλάβουν περισσότερο κρασί από όσο πρέπει, για να μη διαρραγούν ενώ αυτοί, για την άθλια κοιλιά τους δεν δείχνουν ούτε αυτή τη φροντίδα· αλλά, όταν τη γεμίσουν και την κάνουν να σκάσει από το πολύ φαγητό, γεμίζουν τα πάντα μέχρι τα αυτιά, μέχρι τις μύτες, μέχρι το φάρυγγα, και έτσι προξενούν διπλή στενοχώρια και στο πνεύμα και στη δύναμη που κυβερνάει το ζωικό και υλικό στοιχείο.

Αγίου Ιωάννου του Χρυσοστόμου

**Πηγές:** [agioritikovima.gr](http://agioritikovima.gr) - [tokandylaki.blogspot.gr](http://tokandylaki.blogspot.gr)