

**Отвечает: Олег Замигаило**

Ника спрашивает: Здравствуйте, Виктор! Где читала, не смогу указать, но суть была в том, что парень не мог с собой совладать никак и пошел спросить у одного Святого, как это сделать. Тот Святой ему ответил, что вообще не знаком с этим чувством. И объяснил: он никогда досыта не ел и не спал, не услаждал себя ничем, вот и не испытывал безудержной страсти никогда. Как-то так.

Мир вам,

Дух и плоть в нашей земной жизни неразрывно связаны. Чем больше мы заботимся о плоти, тем меньше уделяем внимания духу. И наоборот, ослабляя тело, ущемляя себя в желаниях плоти, мы тем самым укрепляем дух. Без сознательных аскез (постов) борьба с искушениями трудна. Речь не идет только о гастрономическом посте, но и простое ограничение себя в пище также не является самоцелью для верующего, а лишь средством помочь своему духу в борьбе с одолевающей страстью. Так Иисус Христос после крещения отправился в пустыню и там на протяжении 40 дней постился. Так что пост - это вполне библейский метод духовного роста.

Божьих благословений  
Олег