

## Απαλλαγή από τους φόβους για τις τροφές Freedom from food fears

*Christian Science Sentinel*, Τόμος 111, Αριθμός τεύχους 15

Κύριο Άρθρο

Απόψε, θα φάμε ένα 'γρήγορο φαγητό' ή ένα κανονικό δείπνο; Θα προτιμήσουμε βιολογικά προϊόντα ή τις φθηνότερες συνηθισμένες ποικιλίες; Και ακόμη μία άλλη σημαντικότερη ερώτηση στις μέρες μας, είναι η τροφή μας αγνή ή μολυσμένη;

Καταλαβαίνουμε ότι, επειδή η τροφή ικανοποιεί μία πρωτεύουσα ανθρώπινη ανάγκη, υπάρχει κάποια σύνεση στην παραίνεση «πρόσεχε τι τρως». Μήπως, όμως, είναι συνετότερο να προσέχουμε τι σκεφτόμαστε για την τροφή; Είναι πιθανό περισσότεροι άνθρωποι να υποφέρουν από τους φόβους τους για το τι τρώνε, παρά από την τροφή αυτή καθ' εαυτή. Αν αυτοί οι φόβοι μπορούν να απαλυνθούν – και γνωρίζουμε ότι μπορούν με την πνευματική αναγέννηση και τη σοφία, που είναι αποτέλεσμα της πνευματικής προόδου – ποια είναι τα πρώτα βήματα προς την ελευθερία;

Το πρώτο βήμα είναι, απλά, το «γνώριζε την αλήθεια», σύμφωνα με την πασίγνωστη συμβουλή του Ιησού Χριστού «θέλετε γνωρίσει την αλήθεια» -- στην περίπτωση μας, την αλήθεια σχετικά με την πραγματική φύση της ζωής και το τι είναι αυτό που διατηρεί τη ζωή-- «και η αλήθεια θέλει σας ελευθερώσει» (Κατά Ιωάν. 8:32). Πριν από αυτή του τη συμβουλή, ο Ιησούς μας έδωσε έναν σημαντικό όρο, που πρέπει να εκπληρωθεί για να οδηγηθούμε στην αλήθεια. Είπε, σύμφωνα με τη νέα μετάφραση της Αγγλικής Βίβλου, ότι «εάν παραμείνετε στην αποκάλυψη, που σας προσέφερα» τότε, ακολουθείτε πραγματικά τον Χριστό, και θα γνωρίζετε την αλήθεια -- το πνευματικό γεγονός -- για κάθε πρόκληση, που αντιμετωπίζετε. Όπως το σκοτάδι δεν μπορεί να αντισταθεί στην ανατολή του ηλίου, έτσι και ο φόβος δεν μπορεί να εμποδίσει την ανατολή της πνευματικής κατανόησης,

Όπως ανακάλυψε η Mary Baker Eddy, εδώ και πάνω από έναν αιώνα, η αποκάλυψη του Χριστού κυρίως επικεντρώνεται στη φύση του Θεού, που είναι ο μοναδικός παγκόσμιος και γεμάτος αγάπη Γονέας. Αυτός ο Θεός είναι η πηγή καλού και όχι κακού, υγείας και όχι αρρώστιας, ζωής και όχι θανάτου.

Επιπλέον, ο Ιησούς απεκάλυψε με την ίδια του τη ζωή την ακατάστροπτη ακεραιότητα της ζωής στο Πνεύμα και την ανυπόστατη φύση που έχει καθετί που είναι θνητό και υλικό, της αρρώστιας και του θανάτου συμπεριλαμβανομένων. Η ζωή του -- και η εξουσία που είχε πάνω σε κάθε τι που φοβίζει τους ανθρώπους -- δεν είναι μία μοναδική εξαίρεση, αλλά ο κανόνας για κάθε άνθρωπο που αντιλαμβάνεται, έστω και λίγο, την αποκάλυψη του Ιησού και επιτρέπει σε αυτήν να μορφώσει τις σκέψεις και τις αποφάσεις του.

Ένα δεύτερο βήμα, που μας απαλλάσσει από διατροφικούς φόβους, είναι να εφαρμόζουμε μερικές βασικές εντολές του Ιησού, που περιλαμβάνονται στη διδασκαλία του, και που θα αποβούν για μας κάτι περισσότερο από ψήγματα σοφίας, όταν γίνει κατανοητό πως εκφράζουν μία θεία Επιστήμη ή τους νόμους, που απορρέουν από το να αναγνωρίζουμε

Για άλλες μεταφράσεις στα Ελληνικά, μπορείτε να συνδεθείτε με την ηλεκτρ/διεύθ. <http://www.spirituality.com/cskirikas>

© 2009 The Christian Science Publishing Society (CSPS). Έως και 50 εκτυπωμένα αντίγραφα αυτού του άρθρου μπορεί να αναπαραχθούν και να διανεμηθούν, σε μη κερδοφόρο βάση, αλλά απλά για την κάλυψη κόστους παραγωγής. Αυτό το άρθρο δεν μπορεί να σταλεί με ηλεκτρονικό μήνυμα ή να καταχωρηθεί σε άλλες ιστοσελίδες. Αντ' αυτού, μπορείτε να κατεβάσετε αυτό το άρθρο, όταν συνδεθείτε μέσω διαδικτύου με την ιστοσελίδα του Εκδοτικού Οίκου της Χριστιανικής Επιστήμης. Για να σας δοθεί η άδεια να δημοσιευθεί αυτό το άρθρο σε άλλη έκδοση, μπορείτε να έλθετε σ' επαφή μαζί μας στην ηλεκτρονική διεύθυνση (e-mail) [copyright@csps.com](mailto:copyright@csps.com), αναφέροντας ως θέμα, "Copyright Request", στην αγγλική γλώσσα.

έναν Θεό και από το να φερόμαστε στους άλλους όπως θα θέλαμε να φέρονται και εκείνοι σε μας.

Αναλογιστείτε, παραδείγματος χάριν, την εντολή του Ιησού «μη μεριμνάτε δια την ζωή σας, τι να φάγετε» (κατά Λουκάν 12:22). Με τους λόγους αυτούς ο Ιησούς δεν ήθελε να επιβεβαιώσει την τακτική που λέει "η άγνοια είναι ευτυχία", αλλά εννοεί: «μην ανησυχείτε ούτε να προβληματίζεστε για το τι θα φάτε». Μην αφήνετε το φαγητό ή τις έννοιες σχετικά με αυτό να σας καθορίζουν. Κατ'επέκταση, μην πιστεύετε ότι η έμπνευση της ζωής, η δύναμη ή η ικανοποίηση που διαρκεί, μπορεί να βρεθεί σε κάποια μορφή ύλης. Και τέλος, μην πιστεύετε πως ό,τι ο Θεός προσφέρει για να υποστηρίξει τη ζωή, μπορεί, επίσης, και να την καταστρέψει.

Μαζί με την προσφορά του "επιούσιου άρτου", που δίνει ο Θεός στην ανθρωπότητα, έρχεται με τρόπο φυσικό και η γνώση για σωστές αποφάσεις και αυτοέλεγχο, έτσι ώστε οι άνθρωποι να αποφεύγουν είτε την τσιγκουνιά είτε την υπερβολική κατανάλωση, γενικότερα ή και ειδικά σε ό,τι αφορά το φαγητό.

Η Βίβλος απαντά και στις ανησυχίες μας σχετικά με την καθαριότητα και αγνότητα των τροφών. Θρησκευτικές, μάλλον, ανησυχίες παρά αυστηρά υγειονομικές ώθησαν τους επικριτές του Ιησού να παραπονεθούν για τις διατροφικές συνήθειες των μαθητών του. Οι επικριτές του, ωστόσο, ανησυχούσαν για την επιφανειακή ακαθαρσία, ενώ ο Ιησούς ανησυχούσε για την πνευματική και ηθική μόλυνση. «Καθαρίζετε το έξωθεν του ποτηρίου και του πινακίου, έσωθεν όμως γέμουσιν εξ αρπαγής και ακρασίας», είπε πολύ δηκτικά (κατά Ματθ. 23:25).

Η προσευχή, που αφορά την ασφάλεια της τροφής, μπορεί και πρέπει να επεκταθεί ώστε να περιλαμβάνει όλη την ανθρώπινη οικογένεια και κάθε έναν που εμπλέκεται στην τροφική αλυσίδα, από το αγρόκτημα μέχρι το οικογενειακό τραπέζι. Το πνευματικό γεγονός συνίσταται στο ότι η ευσυνειδησία και η μέριμνα για το καλό των άλλων είναι έμφυτες ιδιότητες σε κάθε δημιουργήμα του Θεού. Και εάν κάπου το κίνητρο είναι ακόμη μικρό, αυτό, τελικά, πρέπει να διορθωθεί.

Αντιλαμβανόμαστε, επίσης, καλά το γεγονός ότι ο κόσμος αντιμετωπίζει σοβαρές προκλήσεις σχετικά με την τροφή, που ξεπερνούν κατά πολύ τις ανησυχίες των ατόμων και των οικογενειών – όπως η πείνα που μαστιάζει εκατοντάδες εκατομμύρια ανθρώπους, τόσο στις αναπτυσσόμενες όσο και στις βιομηχανικές χώρες. Και πάλι, όπου εμφανίζεται έλλειψη προμήθειας, η σκέψη είναι το πρώτο που πρέπει να αλλάξει. Ας δώσουμε τέλος στην έλλειψη ιδεών, εμπνεύσεως, τρυφερότητας και θα βρούμε νέους τρόπους για να θρέψουμε έναν πεινασμένο κόσμο σε κάθε περίπτωση.

Προσδοκώντας την πνευματική πρόοδο όλου του κόσμου, η Mary Baker Eddy έγραψε: «Ο Χριστός, η Αλήθεια, τρέφει και ντύνει προσωρινά τους θνητούς ωςότου το υλικό μεταμορφωθεί από το ιδεώδες και εξαφανιστεί, και ο άνθρωπος αρχίσει να ντύνεται και να τρέφεται πνευματικά» (Επιστήμη και Υγεία με κλειδί των Γραφών, σελ. 442). Με την τρυφερή του αγάπη, που αγκαλιάζει όλη τη δημιουργία, ο Θεός μας δείχνει, μέσω του νόμου του Χριστού που έχει ήδη αποκαλυφτεί, τον δρόμο της ελευθερίας από όλους τους γήινους φόβους. Αυτή είναι η βασικότερη ανθρώπινη ανάγκη που μπορεί να υπάρξει.