

10 Οκτωβρίου 2023

# Άγιος Ιωάννης Δαμασκηνός: Για τις ηδονές

/ Σοφίας Πατερικής Απαύγασμα

[Άγιος Ιωάννης Δαμασκηνός](#)





Άγιος Ιωάννης Δαμασκηνός. Τοιχογραφία στην τράπεζα της Ι.Μ. Παντοκράτορος Αγίου Όρους.

(Επιμέλεια Στέλιος Κούκος)

### **Αγίου Ιωάννου Δαμασκηνού**

Έκδοσις ακριβής της ορθοδόξου πίστεως

Απόδοση στην νέα ελληνική

**Αρχιμανδρίτης Δωρόθεος Πάπαρης (νυν Μητροπολίτης Δράμας)**

Συνέχεια από εδώ: <http://www.pemptousia.gr/?p=383677>

### **Για τις ηδονές**

Από τις ηδονές άλλες είναι ψυχικές και άλλες σωματικές.

Ψυχικές βέβαια είναι όσες ανήκουν αποκλειστικά στην ίδια την ψυχή, όπως οι σχετικές με τις επιστήμες και τη γνώση.

Σωματικές πάλι είναι αυτές που απολαμβάνει από κοινού η ψυχή με το σώμα και γι' αυτό ονομάζονται σωματικές, όπως είναι οι σχετικές με την τροφή, τη συνουσία και τα παρόμοια.

Αποκλειστικά μόνον σωματικές ηδονές δεν συναντάς.

Άλλες πάλι ηδονές είναι πραγματικές και άλλες ψεύτικες· οι ηδονές αποκλειστικά του νου προέρχονται από τις επιστήμες και τη γνώση, ενώ οι σωματικές από τις αισθήσεις.

Από τις σωματικές ηδονές άλλες είναι φυσιολογικές και αναγκαίες, διότι δεν υπάρχει ζωή χωρίς αυτές· τέτοιες είναι οι τροφές που χορταίνουν την πείνα και η απαραίτητη ένδυση.

Άλλες είναι φυσιολογικές, όχι όμως απαραίτητες, όπως οι φυσικές και νόμιμες σαρκικές επαφές (διότι αυτές συντελούν στην αναπαραγωγή όλου του ανθρώπινου γένους· μπορεί όμως να ζήσει κάποια και με παρθενία).

Άλλες πάλι ηδονές δεν είναι απαραίτητες ούτε φυσιολογικές, όπως η μέθη, η ακολασία και το υπερβολικό φαγητό· διότι δεν συντελούν ούτε στη διατήρηση της ζωής μας ούτε στην αναπαραγωγή του γένους· το αντίθετο, και βλάπτουν.

Αυτός, λοιπόν, που ζει σύμφωνα με το θέλημα του Θεού πρέπει ν' απολαμβάνει τις απαραίτητες και φυσιολογικές ηδονές, να βάζει σε δεύτερη μοίρα τις φυσιολογικές αλλά όχι απαραίτητες ηδονές, -στον κατάλληλο χρόνο, με τον ορθό τρόπο και μέτρο-, και ν' αποφεύγει τελείως τις άλλες.

Πρέπει να θεωρούμε καλές ηδονές αυτές που δεν συνδέονται με την λύπη· αυτές που δεν προξενούν μεταμέλεια, ούτε δημιουργούν άλλη βλάβη, ούτε προχωρούν πέρα από το κανονικό, ούτε μας αποσπούν πολύ χρόνο από τις σοβαρές ασχολίες ούτε μας κάνουν δούλους.

*Αγίου Ιωάννου του Δαμασκηνού, «Έκδοσις ακριβής της ορθοδόξου πίστεως», απόδοση στην νέα ελληνική, Αρχιμανδρίτης Δωρόθεος Πάπαρης. Από: [http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/paterikon/iwannhs\\_damaskhnos\\_ekdosis\\_akribhs.htm](http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/paterikon/iwannhs_damaskhnos_ekdosis_akribhs.htm)*

**MISSING\_ARG\_ACCESS\_TOKEN**