

στις εἶναι ἡ θάσις πασῶν τῶν ἀρετῶν, καὶ ὅτι χωρὶς τῆς θάσεως ταύτης, ἀσφαλὲς οἰκοδομὴ ἀρετῶν δὲν δύναται νὰ σταθῇ. Ὅς τις τφόντι πιστεύει εἰς Θεὸν, γνῶστην καὶ φανερῶν καὶ ἀφανῶν, θραβευτὴν τῆς ἀρετῆς καὶ τιμωρὸν τῆς κακίας, οὗτος δὲν τολμᾷ νὰ παραβῇ ποτε τοὺς νόμους αὐτοῦ, οὔτε κατ' ἰδίαν, οὔτε δημοσίᾳ, πεπεισμένος ὅτι δὲν δύναται ν' ἀποφύγῃ τὴν τιμωρίαν τῆς φοβεράς καὶ δικαίας αὐτοῦ ὀργῆς.

Ἡ εὐσέβεια λαμβάνει τρεῖς ἄλλας ἀρετάς, ἡγουν, τὴν πίστιν, τὴν ἐλπίδα καὶ τὴν ἀγάπην, αἵτινες λέγονται καὶ Θεολογικαί, ὡς ἀντικείμενα θεολογικῆς θεωρίας ἀνήκουσιν ὅμως καὶ εἰς τὴν ἡθικὴν, διότι καὶ ὁ ὀρθὸς λόγος πείθει καὶ προστάζει ἡμᾶς νὰ πιστεύωμεν εἰς ἕνα Θεὸν ποιητὴν τοῦ παντός, νὰ ἐλπίζωμεν εἰς αὐτὸν ὡς προνοητὴν, καὶ νὰ ἀγαπῶμεν αὐτὸν ὡς εὐεργέτην, καὶ ὡς τὸ μόνον τέλειον καὶ ὑπερ-τατον ἀγαθόν.

*"Οτι πρέπει νὰ φροντίζωμεν περὶ τῆς συντηρήσεως τοῦ σώματος ἡμῶν.*

Ἀφοῦ εἶδομεν, ὅτι ἡ εἰς Θεὸν εὐσέβεια εἶναι ἡ πρώτη τῶν ἀρετῶν, πρέπει ἥδη νὰ ἐξετάσωμεν εἰδικώτερον, ποῖα εἶναι τὰ ἄλλα εἰς ἐαυτὸν καθήκοντα, ἥτοι αἱ προσωπικαὶ ἀρεταί, αἱ ἐκπληρῶν ὁ ἄνθρωπος δύναται νὰ ζῇ εὐδαιμονῶς. Τὰ καθήκοντα ταῦτα εἶναι ἡ ἐπιμέλεια τῆς συντηρήσεως τοῦ σώματος ἡμῶν, καὶ ἡ τελειοποίησις τῶν ψυχικῶν καὶ σωματικῶν ἡμῶν δυνάμεων· ἡ μετριότης καὶ ἐγκράτεια τῶν παθῶν, ἡ ἀταραξία τῆς ψυχῆς, ἡ σταθερότης, ἡ γενναϊότης, ἡ ἀνδρία, ἡ φρόνησις. Περὶ ἐκάστου τούτων θέλομεν ὁμιλήσει ἰδιαιτέρως, καὶ πρῶτον περὶ τῆς ἐπιμελείας τοῦ σώματος διότι εἶναι τὸ κατοικητήριον ἐνταύτῳ καὶ ὄργανον τῆς ψυχῆς.

*Ἐπιμέλεια τοῦ σώματος.*

Τὸ ἀνθρώπινον τοῦτο σῶμα εἶναι ὄντως πλάσμα πανσόφων καὶ παντοδυνάμων χειρῶν. Ὀργανα ἐσωτερικὰ, αἵτινα ἐνεργοῦντα ἡσύχως καὶ ἀνεξαρτήτως ἀπὸ τῆς θελήσεως ἡμῶν, ἐκπληροῦσιν ὡς ὁ Πλάστης ἔθετο νόμους εἰς τὴν σύνθεσιν αὐτῶν. Πρέπει νὰ ὑπάρχῃ ἐν τῇ ψυχῇ δύναμις τις ἐνεργητικὴ καὶ ἐμψυχωτικὴ τοῦ σώματος, ἐνεργοῦσα κατ' ἀνάγκην ὀρισμένων ὑπὸ Θεοῦ νόμων. Ἀλλ' ὅπως ἂν ἔχῃ, δὲν ἦτο χρεῖα τφόντι, οὐδὲ συνέφερε, νὰ ἐπιστατῇ ἡ ψυχὴ τὸ ἐσωτερικὸν τοῦτο σύστημα τῆς ζωῆς κατὰ βούλησιν, καὶ νὰ ἐμποδίζηται ματαίως ἀπ' ἄλλων ἐνασχολήσεων πλέον ἀξίων τῆς λογικῆς καὶ θείας μεγαλοπρεπείας αὐτῆς. Τὸ ἐσωτερικὸν τοῦτο σύστημα εἶναι πλήρες, ὡς πρὸς τὸν