

### **Cuvânt duhovnicesc despre hrană – Sfântul Serafim de Virița**

**„Cat de des ne imbolnavim numai din aceea ca nu ne rugam inainte de masa si nu chemam binecuvantarea lui Dumnezeu asupra mancarii. Inainte, oamenii făceau toate cu rugaciunea pe buze: cand arau se rugau, de asemenea si semanatul si secerisul granelor il faceau tot cu rugaciune. Acum noi nu mai cunoastem ce fel de oameni au pregatit ceea ce noi mancam, fiindca de multe ori alimentele sunt pregatite cu vorbe de hula, cu batjocura si blasfemie. De aceea, neaparat trebuie sa stropim hrana cu aghiasma de la Boboteaza, deoarece ea sfinteste totul si se poate manca ceea ce am pregatit, fara sa ne tulburam.**

**Tot ceea ce mancam noi este darul lui Dumnezeu pentru noi, oamenii; prin mancarea pe care o mancam, toata natura si lumea ingereasca slujeste omului. Pentru aceasta, inainte de masa trebuie sa ne rugam in mod deosebit. Cu adevarat ingerii sunt cu noi la masa cand noi mancam din mancare cu rugaciune si multumire.”**