

Η 2<sup>η</sup> από τις 12 Προτροπές

Να έχω Μέτρο στην ζωή μου

Η φύση δίδει Μέτρο.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Το φαγητό πρέπει να το τρως και όχι να σε  
τρώει.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Μέτρο και διάκριση είναι δίδυμες αρετές και  
δεν χωρίζονται ποτέ.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Μέτρο και αυτοκυριαρχία δυσκολότερα  
αποκτούνται από νέους λόγω ρώμης.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Δεν είναι λίγες οι φορές όπου η ευτυχία ή ο έρωτας περνάει από το στομάχι.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Πρέπει να υπάρχει το μέσο στην αγάπη στην  
λύπη όπως και στον έρωτα.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Ο Νους (Λογικό) και φύση ρυθμίζει το μέτρο. Άρα ο υγιής Νους (Λογική, σύνεση) είναι το άριστο μέτρο.

*Αντώνιος Περιπατητής*



Τρώγε τόσο όσο για να μη πεθάνεις από  
ασιτία, το επιπλέον (αυτού που θα φας)  
θα στο φάνε ή οι γιατροί ή τα σκουλήκια.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Το μέτρο στις κοινωνίες ορίζεται διαφορετικά για τον κάθε άνθρωπο τα όρια τα βάζουν οι πολλοί μετά από συμφωνία ενώ για τη φύση ορίζεται από την αρμονία αυτών που την αποτελούν.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Αν το σώμα δικάζε την ψυχή , αυτή θα καταδικάζονταν για αχαριστία. Διότι ενώ το σώμα υπηρετεί την ψυχή, η ψυχή καταπονεί το σώμα.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Ανικανοποίητο ψυχής είναι τούτο:

Να τρως έξω από το σπίτι σου τα χειρότερα και να τα πληρώνεις ακριβότερα, εντούτοις αισθάνεσαι καλύτερα και το ξαναπράττεις.

Από εκεί φανερώνεται ότι η ψυχή είναι δυνάστης του σώματος και χρήζει το Μέτρο του Λογικού (Νου). Κάτι παρόμοιο με το δολοφόνο κάπνισμα ή την ηδονή.

*Αντώνιος Περιπατητής*

# Η ικανοποίηση της ψυχής σε κάποιον Ανανού

(***Άνθρωπο Άνευ Νου***) εξαρτάται από την Διάθεση και όχι από το όφελος του σώματος. Η διάθεση (ευχάριστη ή δυσάρεστη) εξαρτάται από τον Νου, ο Νους εξαρτάται από το Μέτρο. Άρα να έχουμε το Μέτρο της **Λογικής του Νου** δηλαδή της εγκράτειας.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Η Λογική ή Νους έρχεται ως Μέσον για την εξάσκηση της ψυχής μέσω του Σώματος. Εδώ ορίζεται ο Προορισμός του Ανθρώπου. Πως δηλαδή, θα ασκήσει ψυχή. Είναι σαν να θες να περάσεις έναν ελέφαντα μέσα από μια βελόνα.

*Αντώνιος Περιπατητής*

Άρα να ακολουθώ το:



ΜΕΤΡΟΝ ΑΡΙΣΤΟΝ. Μέτρο πρέπει να κυριαρχεί σε μένα και τις πράξεις μου.

Περισσότερα: [http://www.metron-ariston.gr/metro\\_sth\\_zoh.html](http://www.metron-ariston.gr/metro_sth_zoh.html)