13/03/2024

Αρχή νηστείας – Του π. Δημητρίου Μπόκου

/ Γνώμες

ΑΡΧΗ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

Του π. Δημητρίου Μπόκου

Ο Χριστός τονίζει την τεράστια σημασία **της συγχώρησης** προς τους ανθρώπους που μας έφταιξαν και τη θεωρεί απόλυτη και αναντικατάστατη προϋπόθεση για τη δική μας συγχώρηση από τον Θεό. Δεν υποτιμά όμως και τα άλλα πνευματικά αγωνίσματα που πρέπει να κάνουμε, ξεκινώντας από **τη νηστεία,** για την αποδέσμευσή μας όχι μόνο από την ευχαρίστηση του φαγητού, αλλά και από κάθε άλλη σωματική φιληδονία, και επιπλέον από τις ζημιογόνες εγωκεντρικές προσκολλήσεις της ψυχής, με κυρίαρχη την επιθυμία για πλούτο και θησαυρισμό, δηλαδή **τη φιλαργυρία,** που είναι κατ’ ουσίαν ειδωλολατρία. Εν όψει λοιπόν της Μεγάλης Τεσσαρακοστής, τα ανωτέρω ζωτικά αθλήματα πρόκεινται αμέσως ενώπιόν μας **(Κυριακή της Τυρινής).**

Είθισται βέβαια να τονίζεται ότι η νηστεία μόνο από τροφές δεν έχει αξία, αν δεν συνοδεύεται από την παράλληλη άσκηση αποχής από κάθε κακία. Προσοχή όμως εδώ! Ας μη φτάνουμε κατ’ ευθείαν στο άλλο άκρο, **στην πλήρη απαξίωση της νηστείας.** «Καλή καρδιά να έχεις, λένε μερικοί. Τί να την κάνεις τη νηστεία;» Έχει μεγάλη όμως αξία η νηστεία

και καθ’ εαυτήν. Ουσιαστικά είναι η αρχή κάθε πνευματικού αγώνα. Το πρώτο βήμα στη σύνολη πνευματική άσκηση. Με την αποχή από τα ευχάριστα φαγητά, μας εκπαιδεύει. Μας μαθαίνει πώς να απέχουμε και από άλλες ευχαριστήσεις. Πώς να έχουμε υπό έλεγχο τις επιθυμίες που μας ωθούν στην εκτροπή από το θέλημα του Θεού. Το πρώτο μάθημα του Θεού προς τον άνθρωπο ήταν η άσκηση της νηστείας. Όρισε ένα δέντρο στον Παράδεισο και είπε *«ου φάγεσθε απ’ αυτού»* (Γεν. **2,** 17). Ακόμα και ο πιο αδύναμος πνευματικά άνθρωπος μπορεί να καταφέρει σχετικά εύκολα να νηστέψει.

Γι’ αυτό και ο Κύριος δεν παρέλειψε να νομοθετήσει στο Ευαγγέλιό του τα της νηστείας. Και η Εκκλησία την παρέλαβε και την έκαμε αρχή και βάση του πνευματικού αγώνα, καθορίζοντας πότε και πώς πρέπει να νηστεύουμε μέσα στο λειτουργικό έτος. Πάνω όμως από όλους τους περί νηστείας κανόνες που διαμορφώθηκαν από την εκκλησιαστική παράδοση, η Εκκλησία διά των θεοφόρων Πατέρων της όρισε **έναν απαράβατο γενικό κανόνα** για τη νηστεία.

Ποιος είναι ο κανόνας αυτός; **Το ότι δεν παραδίδεται ένας και μόνο τρόπος νηστείας.** Επειδή δεν έχουν όλοι την ίδια ψυχική και σωματική δύναμη, οι άγιοι Πατέρες δεν παρέδωσαν έναν άκαμπτο κανόνα, μια τυφλή γενική συνταγή νηστείας, που να ισχύει για όλους αναγκαστικά. Ο καθένας λοιπόν νηστεύει

α) ανάλογα με την ηλικία του. Αλλιώς οι γέροι, αλλιώς οι ενήλικες, αλλιώς τα παιδιά.

β) ανάλογα με την υγεία του. Αλλιώς οι γεροί, αλλιώς οι ασθενικοί.

γ) ανάλογα με τη σωματική αντοχή και ιδιοσυγκρασία του. Ένα πλήθος βιολογικοί και ψυχολογικοί παράγοντες διαμορφώνουν την ιδιαίτερη φυσική κατάσταση, την κράση του κάθε ανθρώπου.

Με τον τρόπο του λοιπόν ο καθένας, μπορούμε όλοι μας κάπως να νηστέψουμε. Εκτός και δεν θέλουμε.

Όλα είναι θέμα δικής μας επιλογής. Ο δικός μας Θεός δεν αναγκάζει ποτέ! Προτείνει μόνο.

Καλή ευλογημένη εβδομάδα! Καλή Σαρακοστή!