14/03/2024

Πολύπλευρη νηστεία

/ Γνώμες

«Όπως ακριβώς από τη γαστριμαργία γεννιέται η ταραχή των λογισμών, έτσι και από την πολυλογία και την αταξία των συναναστροφών γεννιέται η άγνοια και η σύγχυση του νου» **(Αββάς Ισαάκ ο Σύρος)**

- **Πρωτοπρεσβύτερος Θεμιστοκλής Μουρτζανός, Δρ. Θεολογίας**

Η νηστεία είναι ένα μεγάλο δώρο της πίστης στον άνθρωπο. Δεν είναι σκοπός της χριστιανικής ζωής, αλλά μέσο. Δεν έχει να κάνει μόνο με τη διατροφή. Είναι πολύπλευρη προσπάθεια να δούμε τι μας χωρίζει από τον Θεό και τον πλησίον, τι μας κάνει να ξεχνούμε την αλήθεια της ζωής, όπως επίσης και ποιο είναι το τελικό της νόημα. Η νηστεία είναι συστατικό στοιχείο της χριστιανικής μας ταυτότητας, διότι ανοίγει τον δρόμο να επανεκτιμήσουμε τις προτεραιότητές μας.

Η ασκητική μας παράδοση μάς υπενθυμίζει ότι η γαστριμαργία γεννά την ταραχή των λογισμών. Αυτός που λαιμαργεί, που δεν χορταίνει με την τροφή, αλλά ζητά να δοκιμάσει κι άλλα και σε ποσότητα και σε είδος, στην πραγματικότητα δεν μπορεί να αυτοσυγκρατηθεί και σε άλλες ηδονές. Ο λογισμός του τον οδηγεί στο να αναζητεί συνεχώς το καινούργιο, όχι όμως στη γνώση, στην αλήθεια, στην ομορφιά, αλλά στην παχύτητα των αισθήσεων. Και την ίδια στιγμή, όταν δεν έχεις

μέτρο στην τροφή, δύσκολα θα έχεις μέτρο σε άλλες καταστάσεις της ζωής που απαιτούν όρια. Θα χαίρεσαι και θα απογοητεύεσαι άμετρα. Θα είναι η τροφή ως βουλιμία η παρηγοριά σου. Και θα μένεις στην προσκόλληση στα γήινα. Γι’ αυτό και η νηστεία είναι ένας τρόπος που σε οδηγεί στον δρόμο της υπέρβασης των επιθυμιών που σε κρατούνε στο εδώ. Με τη νηστεία οξύνεται ο νους. Όντας σε εγρήγορση, καταλαβαίνει τι του λείπει. Και μπορεί να τιθασεύσει τον λογισμό, ώστε να μην ταράσσει την ψυχή.

Η ασκητική μας παράδοση πάλι, μας υπενθυμίζει ότι χρειάζεται νηστεία και στη γλώσσα. Η πολυλογία φέρνει κατάκριση. Φέρνει αδυναμία να ξεχωρίσεις τι χρειάζεται να πεις και τι όχι και έτσι κινδυνεύεις να πληγώσεις, να προσβάλεις, να κάνεις τους άλλους να πονέσουν. Και όλα αυτά μπορεί εύκολα να γυρίσουν επάνω σου. Η πολυλογία φέρνει αισχρολογία. Φέρνει καύχηση, καθώς, συνήθως, μιλάς για τον εαυτό σου. Δεν σ’ αφήνει ν’ ακούσεις τους άλλους. Σε κρατά στις βεβαιότητές σου, διότι όταν τα πάντα γυρίζουν γύρω από σένα, καθώς μπορείς να τα υπερασπιστείς με την ευφράδειά σου ή την ταχύτητα που μιλάς, τότε δεν έχεις περιθώριο για αυτοκριτική. Η νηστεία των λόγων είναι έξοδος προς την αλήθεια. Διότι η σιωπή, όταν συνδυαστεί με την προσευχή, ελκύει τη χάρη του Θεού.

Τέλος, η ασκητική μας παράδοση μάς μιλά και για την αταξία των συναναστροφών. Αυτό σε μια εποχή μοναξιάς μπορεί να ιδωθεί στην προοπτική και των διαδικτυακών συναναστροφών. Κάνουμε παρέα συχνά με ανθρώπους οι οποίοι δεν μας οδηγούν στο να βγάλουμε τον καλύτερο εαυτό μας ή να αλλάξουμε για να δείξουμε ότι μπορούμε να προχωρήσουμε. Το ίδιο συμβαίνει και με τις διαδικτυακές περιηγήσεις, όπου βγάζουμε τοξικότητα, δυσκολευόμαστε να κρίνουμε διότι δεν έχουμε όλα τα δεδομένα, αργολογούμε και αργοσχολούμε. Η νηστεία είναι μία ωραία ευκαιρία να επανεκτιμήσουμε τον εαυτό μας στις σχέσεις μας και να δούμε πώς μπορούμε να βρούμε τρόπους αγάπης και αλήθειας.

Η Εκκλησία μας δείχνει, μέσω της πολύπλευρης νηστείας, την αξία της αγάπης προς τον Θεό, διότι δική Του εντολή είναι. Ας παλέψουμε στην οδό της.

Πηγή: [pemptousia.gr]