10/08/2019

Η Νηστεία είναι Εντολή του Θεού

/ Ορθόδοξες Προβολές

Τήν πρώτη Αὐγούστου κάθε ἔτους ξεκινᾶ ἡ νηστεία τοῦ Δεκαπενταυγούστου. Ἡ περίοδος αὐτὴ τῆς νηστείας προηγεῖται τῆς ἑορτῆς τῆς Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου καὶ ἀρχικὰ ἦταν διηρημένη σὲ δυὸ τμήματα: αὐτὸ ποὺ προηγεῖτο τῆς ἑορτῆς τῆς Μεταμορφώσεως τοῦ Σωτῆρος καὶ ἐκεῖνο τῆς Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου. Οἱ δυὸ αὐτὲς νηστεῖες ἑνώθηκαν τὸν 10ο αἰῶνα.Ἡ νηστεία αὐτὴ ὅπως ἐπικράτησε νὰ τὴν τηροῦμε, ἔχει αὐστηρὸ χαρακτῆρα. Ἐφόσον λοιπὸν μποροῦμε, νηστεύομε ἀπὸ λάδι ὅλες τὶς ἡμέρες. Κατάλυση οἴνου καὶ ἐλαίου ἔχουμε μόνο τὰ Σάββατα καὶ τὶς Κυριακές, ἐνῷ κατὰ τὴν ἑορτὴ τῆς Μεταμορφώσεως τοῦ Σωτῆρος, ὁποιαδήποτε ἡμέρα κι ἂν πέσει καταλύουμε ψάρι.

Κατάλυση ἰχθύος ἔχουμε καὶ κατὰ τὴν ἡμέρα τῆς ἑορτῆς τῆς Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου, ἂν αὐτὴ πέσει Τετάρτη ἢ Παρασκευή.

Ἡ Νηστεία αὐτὴ γίνεται πρὸς τιμὴν τῆς Θεοτόκου, ἡ Ὁποία καὶ Ἐκείνη νήστευσε πρὶν ἀπὸ τὴν Κοίμησή Της. Κατὰ τὴν παράδοση, μόλις ἡ Παναγία πληροφορήθηκε τὸν ἐπικείμενο θάνατό της, προσευχήθηκε στὸ Ὄρος τῶν Ἐλαιῶν, ἑτοιμάστηκε καὶ ἐνημέρωσε καὶ τοὺς Ἀποστόλους. Κατὰ τὴν ἡμέρα τῆς Κοίμησης ἐπειδὴ δὲν ἦταν

ὅλοι οἱ Ἀπόστολοι στὰ Ἱεροσόλυμα, μιὰ νεφέλη τοὺς ἅρπαξε καὶ τοὺς ἔφερε κοντά της. Τὴν τοποθέτησαν στὸ μνῆμα τῆς Γεσθημανῆς καὶ μετὰ ἀπὸ τρεῖς μέρες ὁ τάφος ἦταν ἄδειος, καθὼς ἡ Παναγία ἀνελήφθη στοὺς οὐρανούς.

Ἡ Νηστεία εἶναι Ἐντολὴ τοῦ Θεοῦ. Εἶναι ἡ μία ἀπὸ τὶς δυὸ πρῶτες ποὺ ἔδωσε στὸν Ἀδὰμ μέσα στὸν Παράδεισο. Συγκεκριμένα, ἡ πρώτη ἦταν «νὰ ἐργάζεται καὶ νὰ φυλάττει τὸν Παράδεισο», ἐνῷ ἡ δεύτερη «νὰ μὴν φάει ἀπὸ τὸν καρπὸ τοῦ δέντρου τῆς γνώσεως τοῦ καλοῦ καὶ τοῦ κακοῦ». Το Νόημα αὐτῆς τῆς Ἐντολῆς ἦταν τὸ ἑξῆς: Μὲ «ὅπλο» τὴ Νηστεία, νὰ συνηθίσουν οἱ ἄνθρωποι στὴν Ὑπακοὴ πρὸς τὸν Θεὸ καὶ στὴν Πάλη κατὰ τοῦ διαβόλου.

Ὁ Κύριος τόνισε ἀκόμη περισσότερο τὴν ἀξία τῆς Νηστείας, ὅταν περὶ τοῦ γένους τῶν δαιμόνων ἀνέφερε χαρακτηριστικά: «Τοῦτο δὲ τὸ γένος οὐκ ἐκπορεύεται εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καὶ νηστεία». Δηλαδή, τὸ γένος αὐτό, δὲν εἶναι δυνατὸν νὰ νικηθεῖ ἀπὸ κανέναν ἄνθρωπο, ὁ ὁποῖος δὲν προσεύχεται καὶ δὲ νηστεύει.

Ἀξίζει ἀκόμη νὰ σημειωθεῖ ὅτι ὅταν νηστεύουμε, πρέπει καὶ νὰ ὁμολογοῦμε ὅποτε χρειαστεῖ τὴ Νηστεία μας, χωρὶς ὅμως ποτὲ νὰ τὴν ἐπιδεικνύουμε, δηλαδὴ χωρὶς νὰ τὴν φανερώνουμε σὲ κανέναν γιὰ νὰ ὑπερηφανευτοῦμε ἢ γιὰ νὰ δείξουμε τὸ πόσο ἀγωνιζόμαστε. Ὁ Κύριος ἄλλωστε μᾶς διδάσκει νὰ κρατᾶμε κρυφή, κάθε Προσευχὴ καὶ Νηστεία μας.
Ὁ δὲ Μέγας Βασίλειος ἀναφέρει γιὰ τὴ Νηστεία: «Ὅταν ὁ Θεὸς εἶπε “Δὲν θὰ φάγετε” στοὺς πρωτοπλάστους, τοὺς ἔβαλε Νόμο Νηστείας καὶ Ἐγκρατείας. Ἐὰν ἡ Εὔα δὲν ἔτρωγε ἀπὸ τὸν καρπὸ τοῦ δένδρου ἐκείνου, δὲν θὰ εἴχαμε ἀνάγκη σήμερα ἀπὸ τὴ Νηστεία. Ἐπειδὴ δὲ νηστεύσαμε, διωχθήκαμε ἀπὸ τὸν Παράδεισο. Ἂς νηστέψουμε λοιπόν, γιὰ νὰ μποῦμε πάλι σὲ Αὐτόν».

Σὲ περιόδους Νηστείας, ἡ σωματικὴ Νηστεία πρέπει νὰ συνδυάζεται μὲ τὴν πνευματικὴ Νηστεία (δηλαδὴ μὲ περισσότερη Προσευχὴ καὶ Μελέτη τῆς Ἁγίας Γραφῆς, καθὼς καὶ ἄλλων χριστιανικῶν βιβλίων), μὲ μεγαλύτερη εὐαισθησία πρὸς ἐκείνους ποὺ ἔχουν τὴν ἀνάγκη μας, μὲ ὅσο τὸ δυνατὸν μεγαλύτερη ἀποχὴ ἀπὸ τὰ ἁμαρτήματα, μὲ Ἐξομολόγηση καὶ Θεία Κοινωνία.

Τέλος, γιὰ ὁποιεσδήποτε δυσκολίες ποὺ μπορεῖ νὰ συναντήσουμε κατὰ τὴ διάρκεια τῆς Νηστείας, εἶναι ἀπαραίτητο νὰ συμβουλευόμαστε τὸν Πνευματικό μας, ὁ ὁποῖος θὰ μᾶς καθοδηγήσει καὶ θὰ μᾶς διευκολύνει στὴν προσπάθειά μας, ἐπιτρέποντας (ἀνάλογα μὲ τὴν περίπτωση) σὲ ὁρισμένους νὰ καταλύσουμε κάποια ἐπιπλέον τρόφιμα.