

Η Πνευματική Πορεία της Νηστείας των Χριστουγέννων - Του Επισκόπου Μελιτηνής Μαξίμου

/ [Γνώμες](#)



Η νηστεία των Χριστουγέννων ανοίγει μπροστά μας ως πύλη μυσταγωγική, καλώντας την ψυχή σε βαθύτερη κοινωνία με το θείο μυστήριο της ενανθρωπήσεως. Μέσα στην περίοδο αυτή, ο άνθρωπος καλείται να αφυπνιστεί από τον λήθαργο της καθημερινότητας και να στραφεί προς την εσωτερική του κάθαρση. «Ίδου νῦν καιρὸς εὐπρόσδεκτος, ἰδου νῦν ἡμέρα

σωτηρίας» (Β' Κορ. 6,2).

Η προετοιμασία για την υποδοχή του θείου βρέφους απαιτεί εσωτερική σιωπή. Η καρδιά γίνεται φάτνη που υποδέχεται το θείο μυστήριο, ενώ η ψυχή, όμοια με χιονισμένο κλαδί που λυγίζει προς τη γη, υποκλίνεται μπροστά στο μέγεθος του θαύματος. Στην εκκλησιαστική παράδοση, η νηστεία δεν είναι απλώς διατροφικός περιορισμός, αλλά πνευματική άσκηση που καθαρίζει τον νου και ανυψώνει την ψυχή.

Κατά την περίοδο αυτή, η εκκλησιαστική υμνολογία μάς υπενθυμίζει: «Χριστὸς γεννᾶται, δοξάσατε· Χριστὸς ἔξ οὐρανῶν, ἀπαντήσατε» (Καταβασίες Χριστουγέννων). Η προσμονή της θείας γέννησης μεταμορφώνει τον εσωτερικό μας κόσμο. Οι ημέρες κυλούν σαν κόκκοι άμμου σε αρχαία κλεψύδρα, μετρώντας την πορεία προς τη μεγάλη εορτή.

Στην καρδιά της νηστείας, η ψυχή μοιάζει με κήπο χειμωνιάτικο που περιμένει την άνοιξη. Τα πάθη, σαν ξερά φύλλα, πέφτουν ένα-ένα μέσα στην άσκηση της προσευχής και της μετάνοιας, ενώ η εγκράτεια γίνεται το κλειδί που ξεκλειδώνει τις πύλες της πνευματικής θεωρίας.

Καθώς πλησιάζουμε προς τη μεγάλη εορτή, η εκκλησιαστική ζωή εντείνεται. Οι πιστοί προσέρχονται στα μυστήρια της εξομολόγησης και της θείας κοινωνίας, προετοιμάζοντας την ψυχή τους για την υποδοχή του θείου βρέφους. Η προσευχή γίνεται βαθύτερη, σαν ρίζα που διεισδύει στα έγκατα της γης αναζητώντας το ζωογόνο νερό.

Μέσα στην κατάνυξη της νηστείας, ο νους καθαρίζεται από τις επιφανειακές σκέψεις και τα μάταια όνειρα. Στρέφεται προς τα ένδον, όπου η ψυχή στέκεται γυμνή μπροστά στο θείο βλέμμα. Η κάθαρση αυτή δεν είναι μοναχική πορεία, αλλά συλλογική προσπάθεια του εκκλησιαστικού σώματος. Η κοινότητα των πιστών, ενωμένη στην προσευχή και τη νηστεία, προχωρά μαζί προς το μυστήριο της θείας ενανθρωπήσεως. Σαν τις νιφάδες του χιονιού που πέφτουν απαλά στη γη, οι ψυχές των πιστών συγκλίνουν προς το κέντρο της πίστεως.

Η εκκλησιαστική παράδοση μάς διδάσκει πως η νηστεία είναι καιρός πνευματικής εγρήγορσης. «Γρηγορεῖτε καὶ προσεύχεσθε, ἵνα μὴ εἰσέλθητε εἰς πειρασμόν» (Ματθ. 26,41). Ο πιστός καλείται να σταθεί άγρυπνος φρουρός της καρδιάς του, προστατεύοντάς την από τις επιθέσεις των παθών και των λογισμών.

Στην πορεία προς τη Βηθλεέμ, η ψυχή γίνεται σαν άδειο δοχείο που περιμένει να γεμίσει με τη θεία χάρη. Η νηστεία καθαρίζει τις αισθήσεις, επιτρέποντας στον

άνθρωπο να διακρίνει καθαρότερα το θείο θέλημα. Μέσα στη σιωπή της προσευχής, ακούγεται ο ψίθυρος του Αγίου Πνεύματος, καθοδηγώντας τα βήματά μας προς τη φάτνη.

«Έτοιμάσατε τὴν ὁδὸν Κυρίου» (Μάρκ. 1,3), μας προτρέπει η Γραφή. Η προετοιμασία αυτή είναι πολύπλευρη: νηστεία του σώματος, προσευχή του νου, κάθαρση της καρδιάς. Η ψυχή, σαν κερί που λιώνει μπροστά στη θεία παρουσία, μεταμορφώνεται σταδιακά, αποκτώντας την ευωδία της αρετής.

Η νηστεία των Χριστουγέννων μάς διδάσκει την υπομονή και την καρτερία. Όπως το έμβρυο αναπτύσσεται αθόρυβα στη μήτρα, έτσι και η πνευματική ζωή ωριμάζει μέσα στη σιωπηλή άσκηση της νηστείας. Κάθε ημέρα είναι ένα μικρό βήμα προς τη Βηθλεέμ, μια προετοιμασία για τη συνάντηση με το θείο βρέφος.

Σε αυτή την πνευματική προετοιμασία, η Εκκλησία μάς καλεί να στραφούμε προς τους αδελφούς μας με αγάπη και συμπόνια. Η νηστεία χωρίς ελεημοσύνη είναι σαν λυχνία χωρίς έλαιο. «Τότε φανήσεται ὥσπερ ὁρθὸς τὸ φῶς σου» (Ησ. 58,8), μας διαβεβαιώνει ο προφήτης Ησαΐας, μιλώντας για την αληθινή νηστεία που συνοδεύεται από έργα αγάπης.

Η εορτή των Χριστουγέννων φέρνει το μήνυμα της θείας συγκατάβασης. Ο Θεός κατέρχεται στη γη ως βρέφος αδύναμο, διδάσκοντας την αρετή της ταπείνωσης. Η νηστεία μάς βοηθά να κατανοήσουμε βαθύτερα αυτό το μυστήριο. Η ψυχή, σαν φύλλο που αναδύεται μέσα από το χιόνι, αναζητά το φως της θείας παρουσίας.

Στην καρδιά του χειμώνα, η Εκκλησία ετοιμάζεται να υποδεχθεί το «φῶς τὸ ἀληθινόν» (Ιωάν. 1,9). Η νηστεία είναι η πνευματική άνοιξη που προετοιμάζει την ψυχή για την υποδοχή του θείου σπόρου. Μέσα στην ησυχία της προσευχής, ο πιστός γίνεται μάρτυρας της εσωτερικής του μεταμόρφωσης.

Καθώς η εορτή πλησιάζει, η προσδοκία εντείνεται. Οι ύμνοι της Εκκλησίας γίνονται πιο χαρμόσυνοι, προαναγγέλλοντας το κοσμοσωτήριο γεγονός. Η ψυχή, καθαρμένη από τη νηστεία, στέκεται σαν αστέρι που οδηγεί προς τη φάτνη της Βηθλεέμ.