

Αρχιεπίσκοπος Κύπρου Γεώργιος: Περί Νηστείας

[Αυτοκέφαλες Εκκλησίες](#) / [Εκκλησία της Κύπρου](#)



Ἡ νηστεία εἶναι ἱερός θεσμός πού ἀπαντᾶται συχνά στό ἐκκλησιαστικό ἡμερολόγιο τῆς Ὁρθοδόξου Ἐκκλησίας. Συναντᾶται, μέ διάφορες μορφές καί διαφορετική συχνότητα, τόσο στίς ἄλλες χριστιανικές ὁμολογίες, ὅσο καί σέ ἄλλες θρησκείες.

- **Μακαριωτάτου Ἀρχιεπισκόπου Κύπρου κ.κ. Γεωργίου**

Στήν Ὁρθόδοξη Ἐκκλησία, ὡστόσο, παρά τήν ἱερότητά του, ὁ θεσμός εἶναι πολλές φορές παρεξηγημένος, τόσο ἀπό αὐτούς πού νηστεύουν, ὅσο καί ἀπό αὐτούς πού δέν νηστεύουν.

Αὐτοί πού δέν νηστεύουν θεωροῦν τόν θεσμό τῆς νηστείας ἀνωφελῆ καί ἀχρείαστο. Αὐτοί ἔχουν λύσει τό πρόβλημα, ἀφοῦ κατάργησαν τή νηστεία. Τό σημεῖο μέχρι τοῦ ὁποίου ἔχει καταργηθεῖ ἡ νηστεία μπορούμε νά τό καταλάβουμε μ' ἕναν περίπατο τήν Καθαρά Δευτέρα στους ἀγρούς. Εἶναι ἔντονη καί τήν ἡμέρα αὕτη, μέρα ἀπόλυτης νηστείας, ἡ μυρωδιά ψηνομένων κρεάτων. Οἱ ἄνθρωποι πού ὑπάγονται στήν κατηγορία αὕτη δέν διαβλέπουν κανένα σκοπό, καμμιά σκοπιμότητα στή νηστεία. Ἄν τούς μιλήσεις γιά νηστεία εἰσπράσσεις μειδιάματα

συγκατάβασης ή ειρωνείας.

Μά κι οι περισσότεροι απ' αυτούς που νηστεύουν νομίζουν πως μέ την πράξη αυτή ευχαριστείται ο Θεός απλώς και μόνον διότι δεν έφαγαν από τό ένα ή τό άλλο είδος φαγητού. Στο βάθος, δηλαδή, της σκέψης τους υπάρχει μία αντίληψη, που δεν είναι χριστιανική, αλλά και που είχε έμφανισθεί πολύ νωρίς μεταξύ των Χριστιανών. Πρόκειται για την αντίληψη ότι μερικά φαγητά μολύνουν ήθικά τόν άνθρωπο και πρέπει να αποφεύγονται, είτε πάντα, είτε κατά όρισμένες περιόδους, από όλους εκείνους που θέλουν να είναι ευάρεστοι εις τόν Κύριο. Η αντίληψη αυτή υπήρχε και υπάρχει ακόμα σ' άλλες θρησκείες (π.χ. στους Έβραίους και Μουσουλμάνους που αποφεύγουν τό χοιρινό κρέας). Μόλις όμως έμφανίστηκε και μεταξύ των Χριστιανών (από επίδραση προφανώς του Ιουδαϊσμού), οι Απόστολοι έσπευσαν να την αποδοκιμάσουν, να την χαρακτηρίσουν ως αίρεσιν και «διδασκαλίαν δαιμονίων» (Α' Τιμ. δ', 1). Σέ σχετική περίπτωση, διατύπωσε ο Χριστός τή διδασκαλία του ως προς τό τί μολύνει τόν άνθρωπο. Είπε ο Χριστός πως ή τροφή αυτή καθ' έαυτήν δεν άσκει καμμία ήθική επίδραση στον άνθρωπο· γιατί από τό στόμα προχωρεί στά πεπτικά όργανα για να κρατήσει ο οργανισμός ό,τι του είναι χρήσιμο για τή συντήρησή του και αποβάλλει κατόπιν ό,τι δεν του χρειάζεται. Επομένως ό,τι εισέρχεται στο στόμα δεν μολύνει τόν άνθρωπο. Έκείνο που μολύνει τόν άνθρωπο, είπε ο Χριστός, είναι ό,τι εξέρχεται από τό στόμα, αφού προέρχεται από την καρδιά, τή σκέψη και τό πνεύμα του. Διότι από την καρδιά προέρχονται οι πονηροί διαλογισμοί, οι φόνοι, οι άκολασίες, οι κλοπές, οι βλασφημίες και τά παρόμοια που μολύνουν τήν ψυχή του ανθρώπου.

Δέν έχει, λοιπόν, αυτό τό νόημα ή νηστεία. Δεν είναι άποχή από όρισμένα είδη τροφών γιατί οι τροφές αυτές είναι μολυσμένες. Τόν σκοπό της νηστείας θά τόν δούμε μέσα από τήν πράξη της Εκκλησίας και μέσα από μερικά γεγονότα όπως περιγράφονται στην Αγία Γραφή.

Α) Η νηστεία πρώτα απ' όλα επιδιώκει τήν ύποταγή της ύλης στις άπαιτήσεις του πνεύματος. Δεν μάχεται τήν ίδια τήν ύλη, αλλά τήν άνταρσία της ύλικής άτομικότητας, τήν έπαναστατημένη όρμή της άυθυπαρξίας. Έχει σαν σκοπό τήν καταπολέμηση των παθών και όχι του σώματος. Είναι παθοκτόνος και όχι σωματοκτόνος. Πολλές φορές ή έπαναστατημένη ύλική φύσις μας άντιστρατεύεται τό πνεύμα. Γι' αυτό λέει ο Μ. Βασίλειος «εί θέλεις ισχυρόν ποιήσαι τόν νοϋν, δάμασον διά νηστείας τήν σάρκα». Αυτό τό νόημα έχουν και τά λόγια του Άπ. Παύλου «υποπιάζω μου τό σῶμα και δουλαγωγῶ». Έξ άλλου, λέει ο Άπ. Παῦλος «όσον ο έξω ήμῶν άνθρωπος διαφθείρεται, τόσον ο έσωθεν ανακαινοϋται».

Τό να στερούμε τό έγώ μας από τήν ικανοποίηση όρισμένων έπιθυμιών του, είναι

μία άσκηση καί γυμνασία άπαραίτητη γιά τόν άγώνα τοῦ άνθρώπου έναντίον τοῦ κακοῦ. Ἡ νηστεία δέν εἶναι ἐκδήλωση ἄρνησης τῆς ζωῆς ἢ τῶν ικανοποιήσεων της. Εἶναι μόνο προσωρινή στέρηση μέ σκοπό τήν άσκηση τοῦ ἐγῶ, τήν κάθαρση, τήν ἐνδυνάμωσή του γιά ψηλότερες καί οὐσιαστικότερες κατακτήσεις καί ικανοποιήσεις μέσα στή ζωή. Ἡ νηστεία δέν εἶναι ἄρνηση, εἶναι θέση. Μόνον ὡς θέση ἡ νηστεία ἔχει χριστιανικό χαρακτήρα. Μ' αὐτήν ὁ Χριστιανός ἀσκεῖται ὥστε νά μήν ὑποκύπτει στό πρῶτο δέλεαρ τοῦ κόσμου, νά εἶναι ἕτοιμος σάν στρατιώτης τοῦ Χριστοῦ νά πολεμήσει κατά τῆς δυνάμεως τοῦ πονηροῦ. Ἀσκούμαστε μέ τό νά λέμε ὄχι στήν ἐπιθυμία μας γιά κάποιο φαγητό. Ἔτσι ὅταν ἔρθει κι ὁ πραγματικός πειρασμός ἀπό τόν πονηρό, νά λέμε ὄχι.

Οὔτε καί αὐτοσκοπός εἶναι ἡ νηστεία. Σκοπεῖ στήν ἐξάσκησή μας στήν ἐγκράτεια γιά νά 'μαστε ἕτοιμοι νά ἀντιταχθοῦμε στόν πονηρό. Ὅπως μία στρατιωτική μονάδα ὅταν κάμνει ἀσκήσεις δέν ἔχει σάν ἀντικειμενικό σκοπό τήν κατάκτηση τοῦ στόχου πού ἄμεσα προβάλλεται ἀπό τήν άσκηση, ἀλλά τή γενικότερη ἐτοιμότητα γιά τίς μάχες πού τυχόν θά διεξαγάγει στό μέλλον μέ τόν ἐχθρό, ἔτσι κι ἡ νηστεία κι οἱ ἄλλες πνευματικές ἀσκήσεις εἶναι τά μέσα πού ὡς ἀντικειμενικό σκοπό ἔχουν τή γενικότερη ἐγκράτεια. Ἄν, ἐπομένως, μπορούμε νά νηστεύουμε, μπορούμε δηλαδή νά συγκρατήσουμε τήν πίεση πού ἐξασκοῦν τά γευστικά μας ὄργανα πάνω στή θέλησή μας, ἀλλά ἀφήνουμε ἀχαλίνωτη τή γλῶσσα μας γιά κατηγορίες καί καταλαλιές, ἢ τίς ἄλλες αἰσθήσεις ἀνεξέλεγκτες, τότε πιθανόν νά κερδίζουμε στή συγκεκριμένη άσκηση τῆς νηστείας, ἀλλά ἡττώμαστε στίς ἄλλες, τίς ἀληθινές μάχες πρός τόν ἐχθρό. Καί θά συμφωνεῖτε ὅλοι πῶς θά 'ταν προτιμότερο νά συνέβαινε ἀκριβῶς τό ἀντίθετο. Δηλαδή ἄς μή νηστεύαμε (ἄς ἀποτυγχάναμε δηλαδή στήν άσκηση) κι ἄς ἦταν ἡ ἄλλη ζωή μας χριστιανική, ἄς νικούσαμε δηλαδή στίς πραγματικές μάχες.

Ἡ θρησκεία μας δέν εἶναι μία ὑλιστική ἐκδήλωση. Ἡ σχέση μεταξύ Θεοῦ καί ἀνθρώπων δέν ὑποβιβάζεται σέ μιάν παχυλή ἐκτίμηση φαγητῶν καί ποτῶν. Ὑπάρχει ἡ διάταξη τῆς νηστείας, ἀλλά μόνη της εἶναι ἀνωφελής. Συνδυάζεται μέ τίς ἄλλες ἀρετές γιά νά εἶναι εὐάρεστη στόν Θεό. Διαφορετικά θά 'ταν μία δίαιτα πού θά μπορούσε νά γίνει καί γιά ἄλλους σκοπούς. Ἐνα τροπάριο τῆς Καθαρᾶς Δευτέρας λέγει χαρακτηριστικά: «Ἀληθής νηστεία (εἶναι) ἡ τῶν κακῶν ἀλλοτρίωσις, ἐγκράτεια γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμός, καταλαλιᾶς, ψεύδους καί ἐπιπορκίας· ἡ τούτων ἔνδεια νηστεία ἐστίν ἀληθής καί εὐπρόσδεκτος».

Τό ὅτι τέτοιο εἶναι τό νόημα τῆς χριστιανικῆς νηστείας φαίνεται κι ἀπό τίς διατάξεις πού τήν διέπουν:

α) Στους αρρώστους επιτρέπεται ή κατάλυση, ή αθέτηση τής νηστείας. Θά 'ταν σωματοκτόνος καί ὄχι παθοκτόνος σ' αὐτή τήν περίπτωση ή νηστεία.

β) Καταδικάζεται καί ή ὑπέρμετρη ἄσκηση, γιατί θά ἐξασθενοῦσε τό σῶμα καί θά κατατρυχόταν ή ψυχή. Ἀρρώστιες τοῦ σώματος ταλαιπωροῦν καί τήν ψυχή, ἀφοῦ ὁ ἄνθρωπος εἶναι ἐνιαία ψυχοσωματική ὄντοτητα. Κι ἀφοῦ σκοπός τής νηστείας εἶναι ή ὑποβοήθηση τής ψυχῆς, εἶναι φυσικό νά ἀποφεύγεται καθετί πού θά ὀδηγοῦσε σέ ἀντίθετο ἀποτέλεσμα.

γ) Δέν παραβλέπεται, ὕστερα, καί τό γεγονός πώς ὁ ἄνθρωπος ἔχει ἀνάγκη ὀρισμένων συστατικῶν τά ὁποῖα δέν μπορεῖ νά στερηθεῖ γιά μεγάλες περιόδους. Χρειαζόμαστε π.χ. καί ζωϊκές πρωτεΐνες, γιατί ὁ ὀργανισμός μας δέν μπορεῖ νά συνθέσει κάποια ἀμινοξέα καί θά πρέπει νά τά πάρει ἔτοιμα ἀπό ζωϊκές τροφές. Ἔτσι στίς περιόδους τῶν νηστειῶν ἐπιτρέπονται καί ὀρισμένα θαλάσσια εἶδη (χταπόδια, καλαμάρια, σουπιές) πού ἐφοδιάζουν τόν ἄνθρωπο μέ τίς πρωτεΐνες αὐτές. Εἶπαμε ή νηστεία εἶναι μόνον παθοκτόνος.

δ) Μέσα σ' αὐτά τά πλαίσια καί μέσα στά ὅρια τής γενικότερης ἐγκράτειας τοποθετεῖται καί τό γεγονός ὅτι ἀπό μερικά συγγενικά εἶδη, τό ἕνα ἐπιτρέπεται καί τό ἄλλο ἀπαγορεύεται σέ καιρούς νηστείας. Ἐπιτρέπονται π.χ. οἱ ἐλιές καί ἀπαγορεύεται κάποτε τό λάδι. Ἡ ἐπιτρέπεται ὁ ταραμάς κι ἀπαγορεύεται τό ψάρι. Εἶναι γιατί μέ τό λάδι μπορεῖς νά κάμεις ποικιλία φαγητῶν (ἄρα δέν ἐξασκεῖς ἐγκράτεια ὅσην ἐπιβάλλεται στίς μέρες πού ἀπαγορεύεται ή χρήση του) ἐνῶ οἱ ἐλιές θά καταναλωθοῦν ὡς ἐλιές. Τό ἴδιο καί μέ τό ψάρι καί τόν ταραμά.

ε) Ἔτσι ἐξηγεῖται τό γιατί καταδικάζεται, καί δέν θεωρεῖται νηστεία, ή χρησιμοποίηση ἀκριβοτάτων καί γευστικοτάτων φαγητῶν, ἔστω καί νηστήσιμων, στίς περιόδους τής νηστείας. Θά 'ταν ἀντίφαση στίς πράξεις μας ἂν ἀποφεύγαμε τή μαρίδα καί τρώγαμε γαρίδες. Ἡ ἂν ἀποφεύγαμε τίς σαρδέλλες καί τρώγαμε χαβιάρι. Τό βαθύτερο νόημα τής νηστείας εἶναι ή ἐξάσκησή μας στήν ἐγκράτεια. Στίς μέρες τής νηστείας θά πρέπει τά φαγητά μας νά εἶναι λιτά καί ἀπλά γιά νά στηρίζουν τό σῶμα μας στήν ἐργασία κι ὄχι γιά νά μᾶς εὐχαριστοῦν ὡς ἐδέσματα. Ἡ ἐθελούσια στέρηση τής εὐχαρίστησης ἀπό φαγητό ἀποτελεῖ τήν ἐξάσκησή μας στήν ἐγκράτεια. Ἄν ή νηστεία συνιστᾷ ἀπλῶς ποικιλία στό ἐδεσματολόγιό μας καί τά νηστήσιμα φαγητά μας συνοδεύονται μέ ὅλα τά σχετικά καρυκεύματα, τότε ή νηστεία μας χάνει κάθε νόημα ἐγκράτειας. Ἐξάλλου ἀπλά καί φτηνά φαγητά στίς περιόδους νηστείας μᾶς ἐξοικονομοῦν χρήματα πρός ἐξάσκηση καί τής ἀρετῆς τής ἐλεημοσύνης, τής βοήθειας πρός τούς ἔχοντας ἀνάγκη, ἀρετῆς πού ἐντείνεται σέ περιόδους νηστείας.

Κι άφοϋ αυτό τό νόημα έχει ή νηστεία είναι φυσικό νά καταδικάζεται από τόν Θεό σάν άνωφελής ή άπλή άποχή από τά φαγητά. Γι' αυτό καί ό Φαρισαϊός παρ' όλο ότι νήστευε «δίς τοϋ Σαββάτου» κατακρίθηκε.

Β) Ή νηστεία στήν Παλαιά Διαθήκη, αλλά καί σήμερα, είχε καί έχει καί τήν έννοια τής μετάνοιας, τής συντριβής μπροστά στό θέλημα τοϋ Θεοϋ. Όταν οί προφήτες καλοϋν τόν λαό νά μετανοήσει, τόν προτρέπουν σέ νηστεία. Καί ή ήμέρα τοϋ Έξιλασμοϋ, ήμέρα μετάνοιας, ήταν ήμέρα άσιτίας. Όταν ό Ίωνάς στάλθηκε στή Νινευή γιά νά κηρύξει μετάνοια, διάταξε πρώτα – πρώτα νηστεία στους κατοίκους της. Γράφει ή Παλαιά Διαθήκη πώς «έπίστευσαν οί άνδρες Νινευή καί έκήρυξαν νηστείαν καί ένεδύσαντο σάκκους». Ό ίδιος ό βασιλιάς τής Νινευή σέ ένδειξη μετάνοιας διέταξε: «Οί άνθρωποι καί τά κτήνη καί οί βόες καί τά πρόβατα μή γευσάσθωσαν, μηδέ νεμέσθωσαν, μηδέ ύδωρ πιέτωσαν».

Μετάνοια καί ταπείνωση, λοιπόν, είναι ό άλλος σκοπός τής νηστείας. Ταπεινωνόμαστε μέ τό νά δεχόμαστε έντολές από άλλον. Όταν είμαστε αυτόνομοι κάνουμε ό,τι θέλουμε. Έδω δεχόμαστε τήν έντολή τής νηστείας από τόν Θεό, δηλώνουμε δηλαδή ότι έχουμε Κύριον, δέν είμαστε αυτόνομοι. Γι' αυτό και οί νηστείες τοποθετούνται πρίν από μεγάλες γιορτές καί μεγάλα γεγονότα. Πρίν από τά Χριστούγεννα καί τό Πάσχα. Σέ συνδυασμό μέ τίς άλλες άρετές πού θά πρέπει νά τήν συνοδεύουν, ή νηστεία έχει σκοπό νά μάς όδηγήσει στόν άξιο έορτασμό τών γεγονότων αυτών. Ίδιαίτερα ή νηστεία τής Μ. Τεσσαρακοστής, ή καθ' αυτό νηστεία τών Χριστιανών, είναι μία κίνηση όλοκληρωτικής άφιέρωσης στόν Θεό. Οί Έβραϊοι είχαν μίαν εύσεβή συνήθεια πού καταγράφηκε άργότερα στίς διατάξεις τοϋ Νόμου: Αφιέρωναν τό 1/10 τών είσοδημάτων τους στόν ναό. Από αυτό συντηροϋνταν οί λευίτες, οί χήρες καί τά όρφανά. Έμεϊς οί Χριστιανοί, ό νέος Ίσραήλ τής Χάριτος, κάνουμε κάτι πολύ πιό ούσιαστικό. Αφιερώνουμε στόν Θεό τό 1/10 τής ζωής μας, τό 1/10 κάθε χρονιάς. 365 μέρες έχει ό χρόνος, τό 1/10 του είναι 36,5 μέρες καί γιά τό στρογγύλευμα: 40. Αυτό λοιπόν είναι τό δεύτερο νόημα τής νηστείας. Νόημα όλοκληρωτικής άφιέρωσης, μετάνοιας καί συντριβής μπροστά στόν Θεό, άναγνώριση τής κυριότητάς Του στή ζωή μας.

Όταν έπρόκειτο νά παρουσιαστεί ό Θεός «έν γνώφω καί θυέλλη καί άστραπαίς καί βρονταίς» στό Σινά, οί Έβραϊοι διατάχτηκαν νά τηρήσουν τριήμερη νηστεία. Νά νιώσουν, νά συναισθανθοϋν τή σοβαρότητα εκείνης τής Θεοφάνειας. Ή Θεοφάνεια στή Βηθλεέμ, κατά τή γέννηση τοϋ Χριστοϋ ή στόν Γολγοθά, όμως, είναι άσύγκριτα ψηλότερη από τή Θεοφάνεια στό Σινά καί πρέπει μέ νηστεία νά προετοιμαστεί γιά νά τήν δεχτεί ό νέος Ίσραήλ, ό λαός τοϋ Θεοϋ. Ταπεινώνεται ό ίδιος ό Θεός καί φτάνει γιά τή δική μας σωτηρία νά γίνει άνθρωπος όμοιος μ'

ἐμᾶς, ἢ νά ἀνεβεῖ γιά χάριν μας στόν Σταυρό. Ἄς ἀναγνωρίσουμε τήν εὐεργεσία κι ἄς ταπεινωθοῦμε μπροστά του μέ τή νηστεία.

Γ) Ἐχει ὅμως ἡ νηστεία καί κάποιον ἄλλο σκοπό, πού ἴσως νά μὴν περνᾷ ἀπό τόν νοῦ μας. Τονίζει τήν ἐνότητα τῆς Ἐκκλησίας, τήν κοινότητα τῶν Χριστιανῶν. Εἶναι ἡ νηστεία γεγονός Ἐκκλησιαστικό κι ὄχι ἀτομικό. Μέ τή νηστεία καλούμαστε νά ὑπερβοῦμε τά ὅρια τῆς ἀτομικότητάς μας. Τό ἔνστικτο τῆς αὐτοσυντήρησης εἶναι ἀπό τά ἰσχυρότερα στόν ἄνθρωπο. Κι ἡ λήψη τροφῆς ἀπό τόν καθένα μας ἔχει σάν σκοπό τήν ἀναπλήρωση τῶν ἀπωλειῶν καί τήν αὔξηση τοῦ ἀτόμου, εἶναι μία αὐτοσυντήρηση τῆς ἀτομικότητας. Ἔρχεται ὅμως ἡ νηστεία καί καταργεῖ τήν αὐτονομημένη λήψη τροφῆς καί τήν μεταβάλλει σέ ὑπακοή στό κοινό θέλημα καί στήν κοινή πράξη τῆς Ἐκκλησίας. Ὑποτάσσουμε ἔτσι τίς ἀτομικές μας προτιμήσεις καί ἐπιλογές στούς ἐκκλησιαστικούς κανόνες τῆς νηστείας πού ὀρίζουν τό εἶδος τῆς τροφῆς. Δέν νιώθει πιά ὁ καθένας μας σάν μία ξεχωριστή μονάδα ἀλλά σάν μέλος ἑνός ἐνιαίου συνόλου.

Νηστεύουμε π.χ. κατά τή Μεγάλη Τεσσαρακοστή καί ξέρουμε πώς τό ἴδιο κάνουν ὅλοι οἱ Ὁρθόδοξοι Χριστιανοί στά πέρατα τοῦ κόσμου, στήν Ἀγγλία, στήν Ἀμερική, στήν Ἀφρική, παντοῦ. Ἐρχόμαστε σέ κοινωνία, σέ σχέση μέ τούς ἄλλους Χριστιανούς, τούς ἀδελφούς μας, καί συμβάλλουμε ἔτσι στήν ἐνότητα τοῦ σώματος τοῦ Χριστοῦ. Στίς προηγούμενες ἐποχές, οἱ Χριστιανοί εἶχαν βαθιά συναίσθηση αὐτοῦ τοῦ γεγονότος. Γι' αὐτό κι εἶχαν σάν τρόπο διάκρισης τῶν Χριστιανῶν ἀπό τούς Μουσουλμάνους τήν τήρηση τῶν διατεταγμένων νηστειῶν. Ἐλεγαν -μᾶς ἔμεινε ἡ φράση- πώς αὐτός δέν νηστεύει, εἶναι Τοῦρκος.

Τέτοιο περιεχόμενο δίνει ἡ Ἐκκλησία στή νηστεία. Καί πιστεύω πώς ὕστερα ἀπ' αὐτά πού εἶπαμε δέν θά ὑπάρχει κανένας καλόπιστος πού νά εἰρωνεύεται αὐτόν τόν θεσμό ἢ νά ἀμφιβάλλει γιά τήν ἀξία του. Ἡ ζωὴ τῆς Ἐκκλησίας εἶναι ζωὴ ἄσκησης καί νηστείας. Ὁ ἴδιος ὁ Χριστός μετὰ τή βάπτισή Του ἀποσύρθηκε στήν ἔρημο καί νήστεψε γιά σαράντα μέρες πολεμώντας, μέ τόν τρόπο αὐτό, τόν διάβολο. Δι' αὐτῆς λέει ἡ ὑμνολογία «Μωσῆς Θεόπτης ἐχρημάτισεν. Ἡλίας νηστεύσας, οὐρανούς ἀπέκλεισε. Τρεῖς δέ Παῖδες Ἀβραμιᾶι, τύραννον παρανομοῦντα, διά νηστείας ἐνίκησαν». Μιλώντας ὁ Χριστός κάποτε στούς ἀποστόλους κι ἀπαντώντας σέ ἐρώτησή τους γιατί αὐτοί δέν μπόρεσαν νά ἐκβάλουν κάποιο δαιμόνιο, τοὺς εἶπε: «Τοῦτο τό γένος οὐκ ἐκπορεύεται, εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καί νηστείᾳ».

Δέν δικαιολογοῦνται, λοιπόν, οὔτε παραγνώριση, οὔτε γέλωτες, οὔτε εἰρωνεῖες γιά τή νηστεία. Μπορεῖ ἡ εἰρωνεῖα κι ὁ γέλωτας νά 'ναι δικαιολογημένα ὅταν πρόκειται γιά κάποια καρικατούρα νηστείας, ὄχι ὅμως ὅταν πρόκειται γιά τή νηστεία αὐτὴ καθ' ἑαυτή, ὅπως τήν ἐκθέσαμε πιό πάνω κι ὅπως τήν διδάσκει ἡ

Ἐκκλησία.

Ἄς σπεύσουμε, λοιπόν, διά τῆς νηστείας, ἀφοῦ ἔχει τέτοια σπουδαιότητα καί τέτοιο χαρακτήρα, «τά ὄμματα τῆς ψυχῆς καθᾶραι» ἰδιαίτερα αὐτή τήν περίοδο, τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, γιά νά μπορέσουμε ἐπάξια νά ἀτενίσουμε Τόν ταπεινωθέντα γιά μᾶς μέχρι σταυροῦ καί ταφῆς καί νά οἰκειοποιηθοῦμε τή λύτρωση πού μᾶς ἐχάρισε μέ τό Πάθος καί τήν Ἀνάστασή Του ὁ Χριστός.

****Το παρόν κείμενο δημοσιεύθηκε στο Περιοδικό “Παρέμβαση Εκκλησιαστική”, τεύχος 57 (Ιανουάριος - Απρίλιος 2024), σελ. 484-489.***