

Ομιλία του Ηγουμένου της Ιεράς Μονής Παναγίας Τουρλιανής Αρχιμανδρίτη Αλεξίου στην Ερμούπολη για τη νηστεία

[Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Σύρου, Τήνου, Άνδρου, Κέας και Μήλου](#)



Στον Ιερό Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου [Ερμουπόλεως](#) πραγματοποιήθηκε την Κυριακή της Ορθοδοξίας, 1 Μαρτίου 2026, το απόγευμα, Διανοριακή Σύναξη, με τη συμμετοχή πολλών ευσεβών πιστών, κατά την οποία εξετέθησαν σε προσκύνηση Τίμια Λείψανα των Αγίων Θεοστέπτων και Ισαποστόλων Κωνσταντίνου και Ελένης, τα οποία προσεκόμισε από την [Ιερά Μονή Παναγίας Τουρλιανής](#) ο Ηγούμενος, Αρχιμανδρίτης Αλέξιος Παπαδόπουλος.



Προ της ενάρξεως του Κατανυκτικού Εσπερινού τελέσθηκε ειδική δοξολογική και ευχαριστηριακή δέηση, επί τη ελεύσει των ιερών Λειψάνων.



Τον θείο λόγο εκήρυξε πνευματικώτατα ο Ηγούμενος Αρχιμανδρίτης Αλέξιος Παπαδόπουλος, ο οποίος, αφού ευχαρίστησε τον Σεβασμιώτατο

Μητροπολίτη Σύρου, Τήνου, Άνδρου, Κέας και Μήλου κ. Δωρόθεο Β' για την πρόσκλησή του, ανέπτυξε το θέμα της νηστείας, ως εξής:

« καὶ ἐγένετο ὑετὸς ἐπὶ τῆς γῆς τεσσαράκοντα ἡμέρας καὶ τεσσαράκοντα νύκτας. ἐν τῇ ἡμέρᾳ ταύτῃ εἰσῆλθε Νῶε, ... εἰς τὴν κιβωτὸν ... »

Μία διήγηση ἀπο το βιβλίο της Γενέσεως, σεβαστοὶ πατέρες και ἀγαπητοὶ ἀποτελεῖ την προτύπωση της ἰδιαιτέρως κατανοηκτικῆς και πνευματικῆς περιόδου της Ἀγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς. Μέσα στο βιβλικό κείμενο για την Κιβωτό του δικαίου Νῶε, οι Πατέρες της Εκκλησίας ερμηνεύουν τον Τεσσαρακονθήμερο κατακλυσμό, ως τον συμβολισμό της νηστείας που διανύουμε.

Με τον τρόπο δηλαδή, όπου σαράντα ἡμέρες και νύκτες βροχῆς εξαφάνισαν την ἀμαρτία ἀπὸ προσώπου γῆς, κατὰ αὐτὸν τον

τρόπο, ο πνευματικὸς κατακλυσμὸς της νηστείας και της προσευχῆς, εξαφανίζει κάθε ἴχνος ἀμαρτίας ἀπὸ τον ἄνθρωπο.

Ἡ περίοδος αὐτῆ της νηστείας που διανύουμε, ἀποτελεῖ την κατεξοχὴν πνευματικῆ, με ἰδιαίτερο βᾶρος, περίοδο του ἐκκλησιαστικοῦ ἐνιαυτοῦ. Και μπορεῖ μεν να θεωρεῖται ως ἐνα προπαρασκευαστικό στάδιο που μας οδηγεῖ στο Θεῖο Πάθος και την Ἀνάσταση, ἐντούτοις ἀποτελεῖ και ἐνα αὐτοτελές πνευματικό σχολεῖο.

Ἢδη, μέσα ἀπὸ τους ἐκκλησιαστικούς ὕμνους και τα τροπάρια, ἡ Ἀγία Τεσσαρακοστή ἀποκαλεῖται ως το Στάδιο των Ἀρετῶν.

Ἐνας δηλαδή πνευματικὸς στίβος και στάδιο ἀγωνισμάτων στο οποίο ἀναδεικνύονται οι ἀρετές. Μάλιστα, ἡ Εκκλησία προσκαλεῖ μέσα ἀπο τα τροπάρια, να προσέλθουν ὅσοι ἐπιθυμοῦν να ἀγωνιστοῦν και να ἀναδειχθοῦν.

Αὐτό ἴσως εἶναι το πρῶτιστο και μεγαλύτερο κίνητρο. Ἡ πρόσκληση του Θεοῦ, που ἔχει ως βάση την ἐλεύθερη βούληση και ἐπιλογή του ἀνθρώπου να εἰσέλθει για να ἀγωνιστεῖ. Δεν ἀποτελεῖ κάποιον ἐξαναγκασμό ἀλλὰ στηρίζεται ἐξ' ὀλοκλήρου στην ἐπιλογή του ἀνθρώπου να ἀκούσει το κέλευσμα του Θεοῦ.

Κατὰ τον τρόπο ὅμως, που εἰσέρχεται στο στάδιο του ἀγῶνα και γνωρίζει ὅτι ἡ προϋπόθεση για να ἀγωνιστεῖ εἶναι ἡ σκληρὴ προπόνηση και ἡ στέρηση ἀρκετῶν ἀπολαύσεων, κατὰ αὐτὸν τον τρόπο και ο εἰσερχόμενος στην πνευματικὴ παλαίστρα της Εκκλησίας, ἐπιλέγοντας να ἀγωνιστεῖ, θα πρέπει να δοκιμαστεῖ και να στερηθεῖ.

Μάλιστα, και ο ἀπόστολος των ἐθνῶν Παῦλος, στο πνευματικό του τέκνο Τιμόθεο, γράφει ἐπακριβῶς: « ἐάν δε και ἀθλή τις, ου στεφανούται, ἐάν μη νομίμως ἀθλήση.

» Δεν μπορεί να στεφανωθεί κανένας αθλητής, ο οποίος δεν έχει αγωνιστεί νόμιμα. Μέσα σε αυτό τον πνευματικό στάδιο, ο εισερχόμενος, καλείται να αγωνιστεί σε δύο ουσιαστικές δοκιμασίες: την νηστεία και την προσευχή. Να χαλιναγωγήσει δηλαδή το σώμα και να ενισχύσει την ψυχή του. Αυτό αποτελεί προτροπή του Χριστού, καθώς μας παραδίδουν και οι ιεροί ευαγγελιστές την διήγηση για την θεραπεία του δαιμονισμένου νέου. Εκεί, ο Διδάσκαλος, υπαγορεύει στους μαθητές Του, πως δε θα μπορέσουν να καταφέρουν τίποτα δίχως τη νηστεία και την προσευχή.

Η νηστεία από τα υλικά έχει τις απαρχές της στη διήγηση για την πτώση των πρωτοπλάστων. Ο Δημιουργός Θεός, επιθυμώντας να δοκιμάσει την ελεύθερη βούληση του ανθρώπου, του θέτει την πρώτη νηστεία. Του δίνει την ελευθερία της βρώσης από όλους τους καρπούς εντός του Παραδείσου, πλην του καρπού από το Δέντρο της γνώσης του καλού και του κακού.

Ο άνθρωπος όμως απέτυχε. Χρησιμοποίησε την ελεύθερη βούλησή του εγωιστικά, και κινούμενος από απληστία, καταπάτησε την εντολή του Θεού. Απέδειξε στον Δημιουργό, ότι δεν μπορούσε να διαχειριστεί την ελευθερία του ορθά, και έτσι, ενώ είχε τα πάντα στην κατοχή του, θέλησε και το ένα που του τέθηκε ο περιορισμός.

Αυτό το γεγονός αποτελεί την πρώτη νηστεία για την Εκκλησιαστική Παράδοση, και για τον λόγο αυτό η Τεσσαρακοστή που έχει αφετηρία την Καθαρά Δευτέρα, ορίζει ως ανάμνηση αυτό το γεγονός: την εξορία από τον Παράδεισο. Η Εκκλησία δηλαδή υπενθυμίζει στους πιστούς ότι η καταπάτηση και η παρακοή της πρώτης νηστείας οδήγησε τον άνθρωπο στην εξορία και τον θάνατο.

Η Νηστεία από τις τροφές και τα υλικά όμως δεν αποτελεί μια επιφανειακή επιτέλεση θρησκευτικής υποχρέωσης. Αντιθέτως, έχει ως βάση μια βαθιά πνευματική ουσία. Να αποδείξει ο άνθρωπος στον Θεό, ότι μπορεί να διαχειριστεί την ελευθερία του σωστά. Ότι έχει τη δυνατότητα να χειραγωγήσει τα πάθη του.

Η Εκκλησία με τη νηστεία, θέλει να καταστήσει σαφές ότι δεν έγινε ο άνθρωπος για το φαγητό αλλά το φαγητό για τον άνθρωπο. Τα υλικά και οι τροφές δεν αποτελούν σκοπό της ζωής τους ανθρώπου αλλά τα μέσα της βιολογικής του επιβίωσης.

Η νηστεία αποδεικνύει ότι ο άνθρωπος μπορεί να ελέγξει τα ένστικτά του και ότι δεν αποτελεί ο ίδιος δούλος των υλικών τροφών.

Υπάρχει μάλιστα μία μερίδα ανθρώπων που ισχυρίζεται ότι δεν έχει βαρύτητα το υλικό φαγητό, ενώ η νηστεία πρέπει να είναι στα πνευματικά μόνο. Αυτό όμως

αποτελεί αίρεση από θεολογικής πλευράς διότι στην Εκκλησιαστική διδασκαλία ο άνθρωπος είναι ένα ψυχοσωματικό δημιούργημα. Οτιδήποτε πράττει, επηρεάζει συνολικά την υπόστασή του. Θα σωθεί ως μία ενιαία ψυχοσωματική ενότητα και όχι μόνο πνευματικά.

Οπότε, η νηστεία από τα υλικά έχει μια βαθύτερη πνευματική ουσία. Ο ίδιος μάλιστα ο Παύλος το υπογραμμίζει όταν διδάσκει πως οι σωματικές και σαρκικές αμαρτίες έχουν μεγαλύτερη βαρύτητα από τις πνευματικές. Τούτο διότι οι σαρκικές και υλικές αμαρτίες πραγματοποιούνται εντός του ανθρωπίνου σώματος, και έτσι μολύνουν τον σωματικό ναό του Θεού.

Η ζωή του πιστού και βαπτισμένου Χριστιανού, βασίζεται πάνω στην ζωή και τη διδασκαλία του Χριστού. Ο Χριστιανός, με το βάπτισμά του, καλείται να ακολουθήσει τον Κύριο στη ζωή του. Η Τεσσαρακοστή νηστεία αποτελεί την μίμηση της σαρανταήμερης νηστείας του Χριστού στην έρημο αμέσως μετά την Βάπτισή Του στα ύδατα του Ιορδάνη ποταμού.

Ο Θεάνθρωπος, παρότι ήταν εκτός της αμαρτίας και των παθών, γίνεται δούλος για να δείξει στον άνθρωπο τον δρόμο της σωτηρίας. Δέχεται το δουλικό βάπτισμα από τον Πρόδρομο Ιωάννη στις όχθες του Ιορδάνου και στη συνέχεια απέρχεται για να ετοιμαστεί πνευματικά, προτού αναλάβει το σωτηριώδες έργο Του.

Ο Διδάσκαλος, ενώ ήταν τέλειος κατά πάντα, εντούτοις, μας διδάσκει την εγκράτεια και την νηστεία με το παράδειγμά Του. Μας δείχνει τον δρόμο ο ίδιος, καθώς οδηγείται σε μία σαρανταήμερη περίοδο έντονης στέρξης από κάθε τι υλικό, και τελικώς συντρίβει τον διάβολο και τις τρεις παγίδες πειρασμούς που τον υπέβαλε σε δοκιμασία.

Μας διδάσκει όμως, μέσα από τις ευαγγελικές διηγήσεις, και τον τρόπο που πρέπει να επιτελείται η ορθή νηστεία: « Όταν νηστεύετε, μή γίνεστε σκυθρωποί όπως οι ύποκριτές, οι οποίοι δέν πλένουν τὰ πρόσωπά τους, ώστε νά φανοῦν στους ανθρώπους ότι νηστεύουν· σᾶς διαβεβαιώνω ότι δέν θά λάβουν ἀμοιβή. Ἐσύ ὅμως, ὅταν νηστεύεις, ἄλειψε τό κεφάλι σου καί πλύνε τό πρόσωπό σου, γιά νά μή φαίνεσαι στους ανθρώπους ότι νηστεύεις, ἀλλά στόν Πατέρα σου, ὁ ὁποῖος εἶναι ἐκεῖ στά κρυφά, καί ὁ Πατέρας σου ὁ ὁποῖος βλέπει τί γίνεται στά κρυφά, θά σέ ἀνταμείψει στά φανερά.»

Η νηστεία, δεν πρέπει να έχει ως κίνητρο την προβολή στους υπόλοιπους ανθρώπους. Δεν αποτελεί σκοπό της νηστείας ο έπαινος και ο θαυμασμός του κοινωνικού περιγύρου, διότι κατά αυτόν τον τρόπο τροφοδοτείται η έπαρση και ο

εγωισμός μέσα στην ψυχή του ανθρώπου. Η νηστεία όμως, πρέπει να έχει το ακριβώς αντίθετο αποτέλεσμα. Την συντριβή της υπερηφανείας. Σε αυτό ακριβώς συνεργεί η προσευχή.

Η προσευχή αποτελεί τον τρόπο επικοινωνίας του ανθρώπου με τον Θεό. Η προσευχή ενιχύει τον άνθρωπο στον πνευματικό του αγώνα, καθώς αποζητά την στήριξη του Θεού μέσα από αυτήν. Ο Χριστιανός επικοινωνεί με τον Ουράνιο Πατέρα και ζητά των φωτισμό και την βοήθειά Του, καθώς αντιλαμβάνεται ότι δε μπορεί να καταφέρει τίποτα μόνος του. Ακόμα και αυτή η υλική νηστεία, δε μπορεί να τελεσφορήσει χωρία την πνευματική ευλογία του Θεού.

Με την προσευχή, ο άνθρωπος, ζητά την ελεημοσύνη του Θεού. Συντρίβει τον εγωισμό του, και αποδέχεται ενώπιον του Θεού, ότι είναι ανίκανος να καταφέρει το οτιδήποτε χωρίς την ευλογία Του. Αυτή η προσευχή αποτελεί το καταφύγιο του ανθρώπου που δοκιμάζεται σε οποιαδήποτε δοκιμασία. Εξάλλου, ο Κύριος, τις δυσκολότερες και πίο έντονες στιγμές της επίγειας ζωής Του, με πιο χαρακτηριστική την αγωνία στον κήπο της Γεθσημανή, κατέφευγε στην προσευχή προς τον Επουράνιο Πατέρα.

Η νηστεία και η προσευχή, αποτελούν τα δύο βασικά στοιχεία που καλείται να αγωνιστεί ο κάθε πιστός που επιλέγει να εισέλθει και να αγωνιστεί στο στάδιο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Αυτά όμως δεν αποτελούν έναν αυτοσκοπό αλλά τα μέσα που θα οδηγήσουν τον άνθρωπο πιο κοντά στην ανακαίνιση και τη σωτηρία του.

Ο πνευματικός αγώνας του ανθρώπου έχει σκοπό την ανακαίνισή του. Η νηστεία αποτελεί μία θεραπευτική μέθοδο και ομοιάζει με μία φαρμακευτική αγωγή ενός ιατρού προς τον ασθενή. Με αυτή ακριβώς παρομοιάζεται και η πνευματική θεραπευτική μέθοδος. Τα πάντα στην πνευματική ζωή θα πρέπει να συντελούνται κάτω από την καθοδήγηση του πνευματικού, ο οποίος κατέχει θέση ιατρού.

Η υπακοή στις συμβουλές του πνευματικού, στηρίζουν τον άνθρωπο στο στάδιο του πνευματικού αγώνα, και τον προφυλάσσουν από παρεκτροπές και υπερβάλλοντα ζήλο που μπορεί να οδηγήσει σε σωματική εξασθένιση. Η εμπιστοσύνη και η υπακοή στον πνευματικό, σε θέματα πνευματικής άσκησης, αποτελούν την ασφαλή οδό της πνευματικής προόδου.

Υπάρχει όμως ακόμα μία βασική προϋπόθεση. Τα πάντα φέρουν καρπούς πνευματικούς μόνο εντός της Εκκλησίας και της συμμετοχής στα μυστήριά Της. Στη διήγηση του Νώε, η οικογένειά του και τα ζεύγη των ζώων, διεσώθησαν από τον κατακλυσμό, διότι εισήλθαν στην Κιβωτό.

Αυτή η Κιβωτός, αποτελεί την προτύπωση της Αγίας Εκκλησίας. Οτιδήποτε τελείται εκτός της Εκκλησίας και άνευ των Μυστηρίων Της, δεν οδηγεί πουθενά. Κάθε πνευματικός αγώνας του Χριστιανού, έχει αρχή και τέλος μέσα στα μυστήρια της Εκκλησίας. Αυτά και μόνο τροφοδοτούν και ενισχύουν τον άνθρωπο στον αγώνα του και συντελούν στη σωτηρία του.

Κατακλείοντας, επιτρέψατέ μου να υποβάλω λόγους ευχαριστίας και ευγνωμοσύνης στο πρόσωπο του Σεβασμιωτάτου Ποιμενάρχα και Πατέρα μας, διότι έτι μία ακόμα φορά, η πατρική του αγάπη πρότεινε την αναξιότητά μου να αναλάβει την διακονία του λόγου, μέσα στην ιδιαίτερα πνευματική αυτή αυτή περίοδο της Αγίας Τεσσαρακοστής.

Διανύοντας το εικοστό πέμπτο έτος της αρχιεροσύνης σας, και εβρισκόμενοι επί θύρας για την επέτειο της πεντηκονταετούς ιεροσύνης σας, ευχόμαστε τα έτη σας να είναι πολλά, ευλογημένα, υγιεινά και πάντοτε Θεοσκέπαστα.

Επιθυμώ να εκφράσω και λόγους ευχαριστίας στον προϊστάμενο του Ιερού Ναού Κοιμήσεως Θεοτόκου Ψαριανών, πρωτοπρεσβύτερο Κωνσταντίνο Κοντό για την φιλάδελφη και γεμάτη αγάπη φιλοξενία.

Περατώνοντας την πρώτη εβδομάδα των νηστειών, αγαπητοί αδελφοί, με την ενίσχυση του Τιμίου και Ζωοποιού Σταυρού και τις πρεσβείες των Αγίων Θεοστέπτων Βασιλέων Κωνσταντίνου και Ελένης, να διέλθουμε το υπόλοιπο της νηστείας με υπομονή, και να αξιωθούμε να προσκυνήσουμε το Άγιο Πάθος και την Ανάσταση του Χριστού.

Το στάδιο της άσκησης των αρετών έχει ανοίξει. Όσοι θέλετε να αγωνιστείτε να εισέλθετε, αναλαμβάνοντας τον αγώνα τον καλό της Νηστείας. Γιατί όσοι αθλούνται νόμιμα, δίκαια στεφανώνονται. Κι' αφού φορέσετε την πανοπλία του Σταυρού, αντιπαραταχθείτε στον εχθρό έχοντας ως τείχος απαρασάλευτο την Πίστη και ως θώρακα την προσευχή και ως περικεφαλαία την ελεημοσύνη. Αντί για κοφτερό μαχαίρι να έχετε την Νηστεία, η οποία αποκόπτει από την καρδιά κάθε κακία. Αυτός που κάνει αυτά παίρνει το αληθινό στεφάνι από τον Παμβασιλέα Χριστό την ημέρα της κρίσης. ΑΜΗΝ!»















