

“Με τη νηστεία χαράζει την αρχή της πάλης ο Χριστός μας”

/ [Πνευματικά Αποσπάσματα](#)



Πώς μπορούμε να περιγράψουμε τη δύναμη και ιδιότητα αυτού του πανίσχυρου όπλου;

Άλλωστε δεν είναι και το πρώτο, που παρέδωσε και δίδαξε ο Κύριός μας, στον πνευματικό αγώνα; «Δια βρώσεως εξήγαγε του Παραδείσου ο εχθρός τον Αδάμ».

Με τη νηστεία χαράζει την αρχή της πάλης ο Χριστός μας.

Η μητέρα του θανάτου ηδονή, δεν αρχίζει απ' εδώ τον όλεθρόν της με πρόφαση τη βιολογική μας σύσταση και μας κατρακυλά στη μεριά της κτηνωδίας;

Εάν η γαστριμαργία χαρακτηρίζεται ο γίγαντας των παθών, ποιο άλλο μέσο θα δαμάσει αυτόν τον κίνδυνο;

Πόσο εύστοχα ο προφήτης Δαυίδ αντιμετωπίζει αυτόν τον πόλεμο! «Εγώ δε εν τω

αυτούς (τους δαίμονας) παρενοχλείν μοι, ενεδυόμην σάκκον, και εταπείνουν εν νηστεία την ψυχήν μου και η προσευχή μου εις κόλπον μου αποστραφήσεται» (Ψαλμ. λδ´, 13).

Το επωφελέστερο μέσο και μέτρο αυτών που αγωνίστηκαν μέσα στους αιώνες και αυτών που συνεχίζουν την ίδια πνευματική πορεία ήταν η νηστεία.

Από την ιερώτατη αυτή αρετή ξεκίνησαν και με αυτήν τελειώθηκαν.

Δίκαια λέγεται ότι ο «αγωνιζόμενος πάντα εγκρατεύεται» (Α´ Κορ. θ´, 25).

Απόσπασμα Από Το Βιβλίο Του Γέροντα Ιωσήφ Βατοπαιδινού, «Βατοπαιδινές Κατηχήσεις».