

“Νηστεία τροφών και νηστεία πράξεων”

[Οικουμενικό Πατριαρχείο](#) / [Αρχιεπισκοπή Αμερικής](#)



“Ας αγωνισθούμε λοιπόν αδελφοί μου, με όλη μας την δύναμη, να κρατήσουμε την Μεγάλη Τεσσαρακοστή με νηστεία τροφών και οπωσδήποτε με νηστεία πράξεων. Η νηστεία των τροφών δεν είναι αυτοσκοπός αλλά μέσον που μας οδηγεί στην κάθαρση” τονίζει στην ποιμαντορική του εγκύκλιο για την Μεγάλη Τεσσαρακοστή ο Μητροπολίτης Νέας Ιερσέης, κ. Ευάγγελος και προσθέτει:

“Μαζί με την νηστεία, ας προσπαθήσουμε να συμμετέχουμε περισσότερο στις κατανυκτικές Ακολουθίες της Εκκλησίας μας, στα Απόδειπνα, τις Προηγιασμένες, τους Χαιρετισμούς της Θεοτόκου που θα μας προσφέρουν οι Ενορίες μας. Ας αυξήσουμε τις καλές πράξεις διά της ελεημοσύνης και ας γεμίσουμε την ψυχή μας

με αγάπη και συγχωρητικότητα. Ας συγχωρήσουμε όλους και έτσι να ζητήσουμε και εμείς συγχώρηση των δικών μας αμαρτιών από τον Θεό διά του Μυστηρίου της ιεράς εξομολογήσεως. Κάι γεμάτοι από τα χαρίσματα του Αγίου Πνεύματος να προσκυνήσουμε αξίως τα Πάθη και την Αγία του Κυρίου”

ΠΟΙΜΑΝΤΟΡΙΚΗ ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ ΜΕΓΑΛΗΣ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗΣ 2020

«Έφθασε καιρός, ἡ τῶν πνευματικῶν ἀγώνων ἀρχή, ἡ κατὰ τῶν δαιμόνων νίκη, ἡ πάνοπλος ἐγκράτεια, ἡ τῶν Ἀγγέλων εὐπρέπεια, ἡ πρὸς Θεόν παρρησία, ... δι’ αὐτῆς ἀξιώσον καὶ ἡμᾶς, προσκυνῆσαί σου τὰ Πάθη καὶ τὴν ἁγίαν Ἀνάστασιν, ὡς φιλόανθρωπος.»

(Δοξαστικὸν Αἰνῶν Κυριακῆς τῆς Τυρινῆς)

Ἀγαπητοί μου ἀδελφοί,

Μᾶς ἀξιώνει καὶ πάλι τό ἔλεος τοῦ Παναγίου Θεοῦ νά φθάσουμε στό κατώφλι τῆς Ἀγίας καὶ Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς καὶ νά εἰσέλθουμε στήν πνευματική αὐτή περίοδο ἐσωτερικῆς, ψυχικῆς καὶ πνευματικῆς κάθαρσης πού μᾶς χαρίζει ὡς φιλόστοργη μητέρα ἡ Ἀγία Ὁρθόδοξος Ἐκκλησία μας. Ἀπό αὔριο ξεκινᾷ ἡ περίοδος τῶν σαράντα ἡμερῶν πού θά μᾶς προετοιμάσει γιά τὴν ὑποδοχὴ καὶ βίωση τῶν μεγάλων γεγονότων τοῦ Σταυροῦ, τοῦ Πάθους καὶ τῆς Ἀναστάσεως τοῦ Σωτῆρος ἡμῶν Ἰησοῦ Χριστοῦ.

Ἡ ἱερά Ὑμνογραφία τῆς σημερινῆς ἡμέρας, πού εἶναι ὁ καλύτερος Κήρυκας τῆς πίστεώς μας, μᾶς περιγράφει τό μέγεθος τῆς περόδου πού ξεκινά καὶ τὴν σημασία της. «Έφθασε καιρός, ἡ τῶν πνευματικῶν ἀγώνων ἀρχή» μᾶς λέγει. Ἦρθε δηλαδή ἡ στιγμή πού ὀφείλουμε νά ἀρχίσουμε ἐντονότερα τοὺς πνευματικούς μας ἀγῶνες. Καὶ ποιοί εἶναι αὐτοί οἱ ἀγῶνες κατὰ τόν ἱερό ὕμνωδό; Εἶναι «ἡ κατὰ τῶν δαιμόνων νίκη, ἡ πάνοπλος ἐγκράτεια, ἡ

τῶν Ἀγγέλων εὐπρέπεια, ἡ πρὸς Θεόν παρρησία». Ὁ ἀγῶνας μας λοιπόν κατὰ τὴν περίοδο τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς πρέπει νά εἶναι τόσο δυνατός ὥστε νά νικήσει τὴν δύναμη τῶν δαιμόνων, νά μᾶς ὀπλίσει μέ ἐγκράτεια διά τῆς σωματικῆς νηστείας, νά μᾶς ἐνδύσει μέ τὴν εὐπρέπεια τῶν ἁγίων ἀγγέλων καὶ νά διατρανώνουμε τὴν πίστη μας στὸν ἀληθινὸ Θεὸ μέ θάρρος καὶ παρρησία.

Καὶ συνεχίζει ὁ ὕμνογράφος: «δι’ αὐτῆς ἀξιώσον καὶ ἡμᾶς, προσκυνῆσαί σου τὰ Πάθη καὶ τὴν ἁγίαν Ἀνάστασιν, ὡς φιλόανθρωπος». Αὐτὸ σημαίνει ὅτι τό νά φθάσουμε γιά μιά ἀκόμη φορά στήν ἐπίγεια ζωὴ μας νά ἐορτάσουμε καὶ νά προσκυνήσουμε τὰ Πάθη καὶ τὴν ἁγίαν Ἀνάστασιν τοῦ Χριστοῦ, εἶναι δῶρο τοῦ Θεοῦ πρὸς ἐμᾶς. Εἶναι δωρεά. Εἶναι χρέος καὶ χάρισμα. Εἶναι ἡ φιλανθρωπία Του πού μᾶς ἀξιώνει νά τὸν ἐορτάσουμε καὶ ὅχι ἡ δική μας ἀξιοσύνη. Γι’αὐτό πρέπει νά προετοιμασθοῦμε κατάλληλα, νά καθαρίσουμε τὸν «ἐσωτερικὸ μας ἄνθρωπο» καὶ ἔτοιμοι νά ἀξιωθοῦμε νά προσκυνήσουμε τὴν Ἀγίαν τοῦ Χριστοῦ Ἀνάστασιν, ἡ ὁποία

θά μᾶς εἰσαγάγει καί στήν δική μας προσωπική πνευματική Ἀνάσταση.

Ἀγαπητοί μου ἀδελφοί,

Ὁ Ἅγιος Ἰωάννης ὁ Χρυσόστομος, ὁ προστάτης τῆς Ἱερᾶς μας Μητροπόλεως, ἀποκαλεῖ τήν Μεγάλη Τεσσαρακοστή ὡς «φάρμακο τῶν ψυχῶν μας». Καί λέγει: «ἀφοῦ ἐμπορευθοῦμε καθ' ὅλη τήν περίοδο τῆς Ἁγίας Τεσσαρακοστῆς τό πνευματικό ἐμπόριο τῶν ἀρετῶν, θά συγκεντρώσουμε πολύ πλοῦτο ἀρετῆς. Θά ἀξιωθούμε μέ αὐτόν τόν τρόπο νά φθάσουμε καί στήν μεγάλη ἡμέρα τοῦ Ἁγίου Πάσχα καί μέ παρρησία νά προσέλθουμε στήν φρικτή καί πνευματική τράπεζα. Θά μετᾶσχουμε στά ἀνέκφραστα ἐκεῖνα καί ἀθάνατα ἀγαθά μέ καθαρή συνείδηση καί θά γεμίσουμε μέ τήν χάρη πού αὐτά δίνουν.» (Ἁγ. Ἰωάννου Χρυσοστόμου «Εἰς τήν εἴσοδον τῆς Ἁγ. Τεσσαρακοστῆς»).

Ἄς ἀγωνισθοῦμε λοιπόν ἀδελφοί μου, μέ ὅλη μας τήν δύναμη, νά κρατήσουμε τήν Μεγάλη Τεσσαρακοστή μέ νηστεία τροφῶν καί ὁπωσδήποτε μέ νηστεία πράξεων. Ἡ νηστεία τῶν τροφῶν δέν εἶναι αὐτοσκοπός ἀλλά μέσον πού μᾶς ὁδηγεῖ στήν κάθαρση. Μαζί μέ τήν νηστεία, ἄς προσπαθήσουμε νά συμμετέχουμε περισσότερο στίς κατανυκτικές Ἀκολουθίες τῆς Ἐκκλησίας μας, στά Ἀπόδειπνα, τίς Προηγιασμένες, τούς Χαιρετισμούς τῆς Θεοτόκου πού θά μᾶς προσφέρουν οἱ Ἑνορίες μας. Ἄς αὐξήσουμε τίς καλές πράξεις διὰ τῆς ἐλεημοσύνης καί ἄς γεμίσουμε τήν ψυχή μας μέ ἀγάπη καί συγχωρητικότητα. Ἄς συγχωρήσουμε ὅλους καί ἔτσι νά ζητήσουμε καί ἐμεῖς συγχώρηση τῶν δικῶν μας ἁμαρτιῶν ἀπό τόν Θεό διὰ τοῦ Μυστηρίου τῆς Ἱερᾶς ἐξομολογήσεως. Κάι γεμάτοι ἀπό τά χαρίσματα τοῦ Ἁγίου Πνεύματος νά προσκυνήσουμε ἀξίως τά Πάθη καί τήν Ἀγία τοῦ Κυρίου Ἀνάσταση.

Καλή καί εὐλογημένη Τεσσαρακοστή.
Μετά πατρικῆς ἀγάπης καί διαπύρων εὐχῶν,

Ο ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΗΣ
† Ὁ Νέας Ἱερσέης ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ