

“Η νηστεία πρέπει να συνάπτεται με την αληθινή μετάνοια”

[Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Κυθήρων και Αντικυθήρων](#)



Ο Σεβασμιώτατος Μητροπολίτης Κυθήρων και Αντικυθήρων κ. Σεραφείμ εξέδωσε εγκύκλιο για την έναρξη της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής όπου μεταξύ άλλων αναφέρει χαρακτηριστικά: “Η αποχή από τις υλικές αρτύσιμες τροφές και η εγκράτεια από όλα τα εδέσματα, αφ’ ενός και αφ’ ετέρου η καταπολέμηση των παθών και αδυναμιών μας και της αμαρτίας γενικότερα και η αντίκρουση των επιβουλών και των επιθέσεων του διαβόλου και των πονηρών πνευμάτων χαρακτηρίζουν την αληθινή νηστεία”.

Διαβάστε αναλυτικότερα:

Ὁ Ἱερός Ὑμνογράφος, τό ἅγιο στόμα τῆς Ἐκκλησίας τοῦ Χριστοῦ, διασαλπίζει τό θεοδίδακτο καί θεάρεστο ἄγγελμα τῆς Νηστείας. Ἔχει ἔλθῃ ἡ Νηστεία, ἡ μητέρα τῆς ἀγνότητος καί τῆς σωφροσύνης. Ἡ κατήγορος τῆς ἁμαρτίας καί συνήγορος τῆς μετανοίας. Ἡ πολιτεία τῶν Ἀγγέλων, καί σωτηρία τῶν ἀνθρώπων. Οἱ πιστοί ἄς

κράξωμε δυνατά· Ὁ Κύριος καί Θεός μας ἐλέησέ μας.

Ὁ μελίρρυτος ποταμός τῆς σοφίας, ὁ ἅγιος Ἰωάννης ὁ Χρυσόστομος, ἀναφερόμενος εἰς τό μέγα ἀγαθόν τῆς νηστείας, ἐρωτᾷ (ἀποδίδομεν τό κείμενο εἰς τήν ἀπλήν γλῶσσαν): «Βλέπεις πόσο σπουδαῖο πρᾶγμα εἶναι ἡ νηστεία; Αὕτη δείχνει ὅτι ὅλα τά ἐνεργεῖ τό Ἅγιο Πνεῦμα. Εἶναι πολύ μεγάλο ἀγαθό ἡ νηστεία. Δέν περιορίζεται μέσα σέ ὅρια.

Ὅταν, λοιπόν, ἔπρεπε εἰς τήν πρώτην Ἐκκλησίαν νά χειροτονήσουν λειτουργούς τοῦ Θεοῦ, τότε ἐνήστευαν ὅλοι οἱ Χριστιανοί. Καί κατά τόν χρόνον τῆς νηστείας ἐφάνερωνε τήν βουλήν του τό Ἅγιο Πνεῦμα. Νηστεία βέβαια δέν εἶναι μόνο ἡ ἀποχή τῶν (ἄρτυσίμων) τροφῶν, ἀλλά καί τό νά ἀπέχωμε ἀπό τήν τρυφή καί τίς σαρκικές ἀπολαύσεις» (Ε.Π.Ε. 16α, 116).

«Ἄν δέν πρόκειται νά κερδίζωμε κάτι ἀπό τήν προσέλευσί μας εἰς τήν Ἐκκλησία τοῦ Χριστοῦ καί ἀπό τό Θεῖο Κήρυγμα, λέγει σέ ἄλλο σημεῖο ὁ ἱερός Χρυσόστομος, καί ἂν δέν προσφέρωμε κάτι χρήσιμο εἰς τήν ψυχὴν μας κατά τόν καιρό τῆς νηστείας, τότε ὅλα αὐτά θά γίνουν αἰτία μεγαλύτερης καταδίκης, διότι παραμένουμε ἀμετανόητοι καί δέν ἀλλάζουμε. Οὔτε ὁ ὀργίλος γίνεται ἥπιος, οὔτε ὁ θυμώδης μεταβάλλεται σέ πρᾶο, οὔτε ὁ φθονερός γίνεται πιό φιλόφρων, οὔτε ὁ φιλάργυρος ἀπομακρύνεται ἀπό τό πάθος του.

Δέν προετοιμάζει τόν ἑαυτό του διά ἐλεημοσύνη καί διατροφή τῶν πτωχῶν. Ὁ ἀκόλαστος δέν γίνεται ἐγκρατής. Ὁ κενόδοξος ἐξακολουθεῖ νά συγκινῆται ἀπό τήν ἀνόητη δόξα καί δέν μαθαίνει νά τήν περιφρονῇ καί νά προτιμᾷ τήν ἀληθινὴ δόξα» (Ε.Π.Ε. 2, 282).

«Ἡ σωματικὴ ἄσκησις εἶναι ὀλίγον ὠφέλιμη, λέγει ὁ Ἀπόστολος Παῦλος. Μερικοὶ νομίζουν, ὅτι ἐδῶ ὑπονοεῖ τήν νηστεία. Ὅχι ὅμως· ἡ νηστεία δέν εἶναι σωματικὴ ἄσκησις, ἀλλ' εἶναι πνευματικὴ. Ἄν ἦταν σωματικὴ, θά ἔτρεφε τό σῶμα, ἐνῶ στήν πραγματικότητα τό ἐκλεπτύνει καί τό ἀδυνατίζει. Ἄρα ὁ λόγος ἐδῶ τοῦ Ἀποστόλου Παύλου δέν ἀναφέρεται στή σωματικὴ ἄσκησι. Ἄλλωστε ἐμεῖς ἔχουμε κυρίως ἀνάγκη ἀπὸ ἄσκησι τῆς ψυχῆς· ἀπὸ τήν σωματικὴν δέν ὑπάρχει πολύ κέρδος· ἀπλῶς τό σῶμα ὀλίγον ὠφελεῖ. Ἡ ἄσκησις, ὅμως, τῆς πίστεως καί εὐσεβείας ἀποδίδει καρπὸν καὶ στό μέλλον, ἀλλά καί ἐδῶ ὠφέλεια» (Ε.Π.Ε. 23, 312).

«Ἐνα εἶδος νηστείας ἦταν διὰ τούς πρωτοπλάστους ὁ λόγος τοῦ Θεοῦ: «Δέν θά φάγετε ἀπὸ τό δένδρον τῆς γνώσεως καλοῦ καί πονηροῦ». Ἄν, λοιπόν, μέσα εἰς τόν Παράδεισον ἦταν ἀναγκαία ἡ νηστεία, πολύ περισσότερο ἀναγκαία εἶναι ἔξω ἀπὸ τόν Παράδεισον. Ἄν τό φάρμακο εἶναι χρήσιμο πρό τοῦ τραυματισμοῦ, πολύ περισσότερο χρήσιμο εἶναι μετὰ τόν τραυματισμό. Ἄν τό ὄπλο τῆς νηστείας ἦταν

χρήσιμο πρίν ἀπό τόν πόλεμο τῶν κακῶν ἐπιθυμιῶν, πολύ περισσότερο εἶναι χρήσιμη ἡ ἐνίσχυσίς του τώρα, πού οἱ δαίμονες μᾶς πολεμοῦν μέ τίς κακές ἐπιθυμίες» (Ε.Π.Ε. 30, 188).

Ὁ Χρυσορρήμων ἅγιος Ἰωάννης, Ἀρχιεπίσκοπος Κωνσταντινουπόλεως, μᾶς κατέδειξε τίς πνευματικές διαστάσεις, τήν ἀξία καί τήν δύναμι τῆς νηστείας. Ἡ ἀποχή ἀπό τίς ὑλικές ἀρτύσιμες τροφές καί ἡ ἐγκράτεια ἀπό ὅλα τά ἐδέσματα, ἀφ' ἑνός, καί ἀφ' ἑτέρου ἡ καταπολέμησις τῶν παθῶν καί ἀδυναμιῶν μας καί τῆς ἁμαρτίας γενικώτερα καί ἡ ἀντίκρουσις τῶν ἐπιβουλῶν καί τῶν ἐπιθέσεων τοῦ ἀρχεκάκου διαβόλου καί τῶν πονηρῶν πνευμάτων χαρακτηρίζουν τήν ἀληθινή νηστεία. «Ἀληθής νηστεία ἡ τῶν κακῶν ἀλλοτρίωσις, ἐγκράτεια γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμός, καταλαλιᾶς, ψεύδους, καί ἐπιορκίας· ἡ τούτων ἔνδεια, νηστεία ἐστίν ἀληθής καί εὐπρόσδεκτος», μᾶς διαβεβαιώνει ὁ Μέγας Βασίλειος.

Ἡ θεοδίδακτη καί θεοφιλής νηστεία ἐντάσσεται μέσα εἰς τό πλαίσιο τοῦ πνευματικοῦ ἀγῶνος τοῦ πιστοῦ διά τήν κάθαρσιν, τόν φωτισμόν καί τήν θέωσιν. Ὅταν ἡ νηστεία περιορίζεται μόνο εἰς τήν ἀποχήν τῶν τροφῶν καί δέν γίνεται παραλλήλως καί ὁ ἀγώνας καταπολεμήσεως τῶν παθῶν τοῦ ἐν ἡμῖν παλαιοῦ ἀνθρώπου, ἀλλά καί τῆς ἐξασκήσεως τῶν χριστιανικῶν ἀρετῶν, εἶναι ἐλλιπής καί ἀνώφελος.

Ἡ νηστεία πρέπει νά συνάπτεται μέ τήν ἀληθινή μετάνοια, τήν Ἐξομολόγησι καί τήν Θεία Κοινωνία, τήν ὑποποιό ταπείνωσι, τήν θερμή προσευχή, τήν κορυφαία ὅλων τῶν ἀρετῶν, δηλ. τήν ἀγάπη πρὸς τόν Κύριον καί Θεόν μας καί πρὸς τοὺς συνανθρώπους μας, τήν νῆψι καί τήν ἐγρήγορσι εἰς τόν καθημερινό πνευματικό μας ἀγῶνα.

Ἡ Ἁγία καί Μεγάλη Τεσσαρακοστή, μέ τίς ἑξ (6) ἐβδομάδες τῶν «φωτοποιῶν νηστειῶν», εἶναι ἡ ἱερά καί κατανυκτική περίοδος μέ τίς πλούσιες λειτουργικές καί λατρευτικές εὐκαιρίες (Θεία Λειτουργία τοῦ Μεγάλου Βασιλείου, Κατανυκτικοί Ἑσπερινοί τά ἀπογεύματα τῶν Κυριακῶν, Μεγάλα Ἀπόδειπνα, Προηγιασμένες Θεῖες Λειτουργίες, Ἀκολουθίες τῶν Χαιρετισμῶν τῆς Θεοτόκου) καί παρέχει πολλές εὐκαιρίες κατανυκτικῶν προσευχῶν καί πνευματικοῦ καταρτισμοῦ.

Μέσα εἰς τό ἱερό καί κατανυκτικό κλίμα τῆς ἁγίας καί μεγάλης αὐτῆς περιόδου, κατὰ τήν ὁποία αὐξάνονται οἱ θεῖες εὐλογίες, ἀλλά πληθύνονται καί οἱ πειρασμοί καί οἱ δοκιμασίες τῶν ἀγωνιζομένων πιστῶν, ἅς ἀποδυθῶμεν «εἰς τόν καλόν τῆς νηστείας ἀγῶνα» μέ προθυμία καί καρτερική ὑπομονή «ἐαυτοὺς καί ἀλλήλους καί πᾶσαν τήν ζωὴν ἡμῶν Χριστῷ τῷ Θεῷ παρατιθέμενοι».

Ἄς παρακαλέσωμεν θερμῶς τόν Θεῖον Λυτρωτὴν μας καί Κύριον Ἰησοῦν Χριστόν

ὑπέρ εἰρηνεύσεως καί καταστάσεως τῆς Ἀγίας ἡμῶν Ὁρθοδόξου Καθολικῆς Ἐκκλησίας καί τῆς ἱεροκανονικῆς ἐπιλύσεως τοῦ ἐν Οὐκρανίᾳ σχίσματος, τοῦ φλέγοντος αὐτοῦ Οὐκρανικοῦ ζητήματος, τό ὁποῖον ἀπασχολεῖ σοβαρῶς τάς κατά τόπους Αὐτοκεφάλους Ὁρθοδόξους Ἐκκλησίας καί διασαλεύει τήν ἐν Χριστῷ ἐνότητα καί ἀγαστήν συμπόρευσιν αὐτῶν.

Ἐπὲρ τῆς εἰρήνης τοῦ σύμπαντος κόσμου, καταπαύσεως τοῦ πυρός ἐν τῇ Μέσῃ Ἀνατολῇ καί ἀποτροπῆς τῆς ἐπικρεμαμένης πολεμικῆς ἀπειλῆς ἐκ τῆς γείτονος πρὸς ἀνατολὰς χώρας. Ἐπὲρ ταχείας διευθετήσεως τῆς συννόμου, κατά τάς ἀποφάσεις τοῦ Ἀνωτάτου ἀκυρωτικοῦ Δικαστηρίου (τοῦ Συμβουλίου τῆς Ἐπικρατείας), διδασκαλίας τοῦ μαθήματος τῶν Θρησκευτικῶν εἰς τὰ Σχολεῖα μας καί τῆς ματαιώσεως τοῦ ἐπιχειρουμένου ἀντιπαιδαγωγικοῦ προγράμματος τῆς σεξουαλικῆς ἀγωγῆς τῶν ἁώρων παιδιῶν καί νηπίων μας.

Ἐπὲρ τῆς ἀνακοπῆς τῆς νομιμοποιημένης πλέον γενοκτονίας τοῦ ἔθνους μας ἀπὸ τὸν ποταμὸν αἵματος ἀθῶων ὑπάρξεων, πού κατά ἑκατοντάδες χιλιάδες χύνεται κάθε χρόνο εἰς τήν Ὁρθόδοξη Πατρίδα μας μέ τίς ἐκτρώσεις καί ἀμβλώσεις.

Καί τέλος, ὑπέρ τῆς περιφρουρήσεως τῆς Ἑλληνορθοδόξου Πατρίδος μας καί τῶν ἄλλων χωρῶν ἀπὸ τῆς ἐπιδημίας τοῦ θανατηφόρου ἰοῦ τοῦ ἐξ ἀνατολῶν ἐπιδραμόντος καί ἐπεκτεινομένου, τοῦ κορωνοϊοῦ ἀποκαλουμένου, τῆς συγχρόνου αὐτῆς φαραωνικῆς πληγῆς καί μάστιγος, τῆς διὰ τήν ἀποστασίαν τῶν ἀνθρώπων ἀπὸ τῆς λατρείας τοῦ ἀληθινοῦ Τριαδικοῦ ἡμῶν Θεοῦ καί τῆς Ὁρθοδόξου Πίστεως καί Παραδόσεως ἐπερχομένης.

Εὐχόμενος δέ ἀπὸ καρδίας πλουσίαν τήν ἐξ ὕψους δύναμιν καί εὐλογίαν εἰς ὅλους σας, καί ἰδιαιτέρως εἰς τοὺς προσφιλεῖς ναυτικούς μας καί τοὺς ἀπανταχοῦ τῆς γῆς διαβιοῦντας ἀποδήμους ἀδελφούς μας, Κυθηρίους καί Ἀντικυθήριους, διατελῶ,

Διάπυρος πρὸς Κύριον εὐχέτης σας

Ὁ Μητροπολίτης

†Ὁ Κυθήρων & Ἀντικυθήρων Σεραφεῖμ