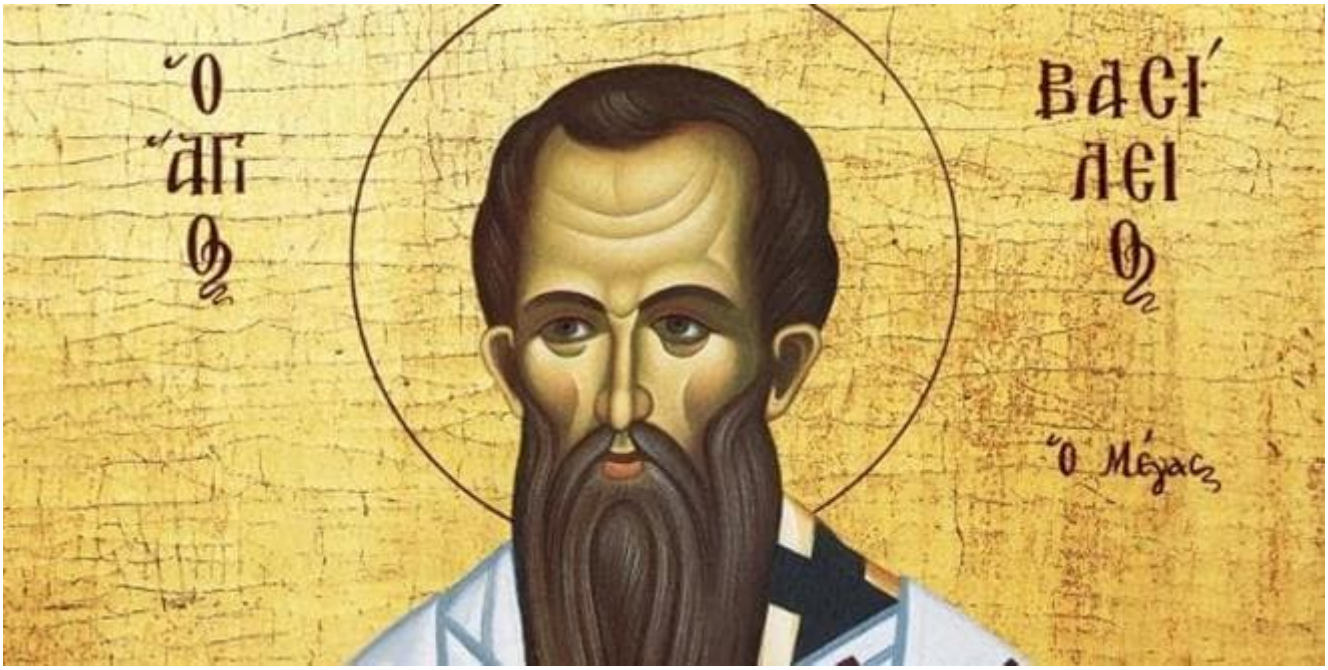
04/03/2019

Μέγας Βασίλειος: “Η νηστεία γεννάει προφήτες-Ενισχύει τους δυνατούς-Σοφίζει τους νομοθέτες”

/ Γνώμες



Πολύτιμο δώρο του Θεού είναι η νηστεία, θεσμός πανάρχαιος, που διατηρήθηκε σαν πατρική κληρονομιά κι έφτασε μέχρι τις μέρες μας.

Δεχθείτε τη λοιπόν με χαρά. Δεχθείτε οι φτωχοί τη σύντροφό σας. Δεχθείτε οι υπηρέτες την ανάπαυσή σας. Δεχθείτε οι πλούσιοι αυτή που σας σώζει από τον κίνδυνο του κορεσμού και νοστιμίζει όσα η συνεχής απόλαυση ανοσταίνει.

Οι άρρωστοι δεχθείτε τη μητέρα της υγείας. Οι υγιείς την εξασφάλιση της ευεξίας. Ρωτήστε τους γιατρούς, και θα σας πουν πως τίποτα δεν είναι τόσο αμφίβολο κι αβέβαιο όσο η υγεία. Γι’ αυτό οι συνετοί με τη νηστεία προσπαθούν να διατηρήσουν την υγεία τους και να γλυτώσουν από το συντριπτικό φορτίο της παχυσαρκίας.

Μην ισχυρίζεσαι πως δεν μπορείς να νηστέψεις, φέρνοντας σαν πρόφαση αρρώστια ή σωματική αδυναμία, αφού, από την άλλη μεριά, σ’ όλη σου τη ζωή ταλαιπωρείς το σώμα σου με την πολυφαγία. Γνωρίζω πολύ καλά πως οι γιατροί επιβάλλουν στους αρρώστους μάλλον λιτή δίαιτα και νηστεία παρά ποικιλία και αφθονία φαγητών.

Άλλωστε, τί είναι ευκολότερο για το σώμα, να περάσει τη νύχτα μ’ ένα ελαφρό

δείπνο ή να πέσει στο κρεβάτι βαρύ από την πολυφαγία; Μπορεί ν' ανα-παυθεί έτσι ή θα στριφογυρίζει παραφορτωμένο και ταλαίπωρο; Ποιο πλοίο μπορεί να κυβερνήσει ευκολότερα ένας καπετάνιος και να το σώσει σε μια θαλασσοταραχή, το βαρυφορτωμένο ή εκείνο που έχει το κανονικό του φορτίο; Το βαρυφορτωμένο δεν θα το βυθίσει μια μικρή τρικυμία; Έτσι και τα σώματα, όταν ταλαιπωρούνται με την πολλή τροφή, εύκολα υποκύπτουν στις αρρώστιες. Ενώ όταν τρέφονται ελαφρά, διατηρούν την καλή τους υγεία.

Ας παρακολουθήσουμε όμως ιστορικά την υπόθεση της νηστείας, για να δούμε πόσο εκτιμήθηκε από τους αγίους και πόσα καλά προξένησε.

Ο θεόπτης Μωυσής ύστερ' από νηστεία σαράντα ημερών τόλμησε ν' ανεβεί στην κορυφή του όρους Σινά και να παραλάβει τις πλάκες των δέκα εντολών (Εξ. 24:18). Δεν θα έπαιρνε το θάρρος να πλησιάσει την κορυφή, που κάπνιζε από τη θεία παρουσία, αν δεν είχε οπλιστεί με τη νηστεία. Νήστεψε, κι έτσι μπόρεσε να συνομιλήσει με το Θεό.

Ο προφήτης Σαμουήλ υπήρξε καρπός της νηστείας. Η μητέρα του Άννα, αφού νήστεψε, προσευχήθηκε στο Θεό και Του ζήτησε ένα παιδί, με την υπόσχεση να το αφιερώσει σ' Εκείνον (Α' Βασ. 1:11).

Τον μεγάλο ήρωα Σαμψών, τί ήταν εκείνο που τον έκανε ακαταμάχητο; Η νηστεία! Με τη νηστεία συνε-λήφθη στα σπλάχνα της μητέρας του. Η νηστεία τον γέννησε. Η νηστεία τον θήλασε. Η νηστεία τον ανέθρεψε. Η νηστεία εκείνη, που όρισε ο άγγελος: «Το παιδί, που θα γεννηθεί, δεν θα πρέπει να γευθεί κανένα από τα προϊόντα του αμπελιού. Δεν θα πιει κρασί ούτε κανένα άλλο δυνατό ποτό» (Κριτ. 13:14).

Η νηστεία γεννάει προφήτες. Ενισχύει τους δυνατούς. Σοφίζει τους νομοθέτες. Εξοπλίζει τους ήρωες. Γυμνάζει τους αθλητές. Αποκρούει τους πειρασμούς. Συγκατοικεί με τη νηφαλιότητα και την αγνότητα. Στους πολέμους κάνει ανδραγαθήματα και στον καιρό της ειρήνης διδάσκει την ησυχία. Αγιάζει τους αφιερωμένους και τελειοποιεί τους ιερείς. Κανείς δεν μπορεί να πλησιάσει το Θυσιαστήριο και να τελέσει τη θεία Λειτουργία, χωρίς προηγουμένως να έχει νηστέψει.

Έπειτα από νηστεία σαράντα ημερών αξιώθηκε ο προφήτης Ηλίας ν' αντικρύσει τον Κύριο (Γ' Βασ. 19:8-18). Χάρη στη νηστεία αποδείχθηκε ισχυρότερος από το θάνατο και ανέστησε το πεθαμένο παιδί (Γ' Βασ. 17:21-23). Χάρη στη νηστεία εμπόδισε τον ουρανό να βρέξει για τριάμιση χρόνια (Γ' Βασ. 17:1, 18:1). Κι αυτό, για να μαλακώσει τη σκληροκαρδία των Ισραηλιτών, που είχαν παραδοθεί στην

ασέβεια και στην παρανομία. Έτσι προκάλεσε σ' ολόκληρο λαό υποχρεωτική νηστεία, μέχρι να μετανοήσουν και να επανορθώσουν «την αμαρτία, που προήλθε από την καλοπέραση και τον μαλθακό βίο.

Ο προφήτης Δανιήλ, που για ένα εικοσαήμερο δεν γεύθηκε ψωμί ούτε ήπιε νερό (Δαν. 10:2-3), δίδαξε και τα λιοντάρια ακόμα να νηστεύουν (Δαν. 6:16-22). Τα πεινασμένα λιοντάρια δεν τον κατασπάραξαν, σαν να είχε σώμα από πέτρα ή χαλκό ή άλλο σκληρό υλικό. Η νηστεία δυνάμωσε το σώμα του προφήτη και το έκανε απρόσβλητο από τα δόντια των θηρίων, όπως η βαφή κάνει το σίδερο απρόσβλητο από τη σκουριά.

Η νηστεία ενισχύει την προσευχή. Γίνεται φτερό στην πορεία της προς τον ουρανό. Είναι μητέρα της υγείας, παιδαγωγός της νιότης, στολίδι των γηρατειών. Είναι συνοδοιπόρος των ταξιδιωτών και ασφάλεια των συγκατοίκων.

Ο άνδρας δεν αμφιβάλλει καθόλου για τη συζυγική πίστη της γυναίκας του, όταν τη βλέπει να συζεί με τη νηστεία. Η γυναίκα δεν λιώνει από ζήλεια, όταν βλέπει τον άνδρα της να νηστεύει.

Ποιος ζημιώθηκε ποτέ από τη νηστεία; Υπολόγισε την οικονομική κατάσταση του σπιτιού σου σε μια μέρα νηστείας. Υπολόγισέ την και σε μια συνηθισμένη μέρα. Θα διαπιστώσεις έτσι εύκολα, πόσο μεγάλο κέρδος έχεις με τη νηστεία.

Σκέψου πως ακόμα και οι εφοριακοί αφήνουν τους φορολογουμένους να ζήσουν λίγο καιρό ήσυχοι και ανενόχλητοι. Ας επιτρέψει λοιπόν και η σάρκα μια μικρή ανάπαυλα στο στόμα. Ας κάνει μια μικρή ανακωχή αυτή, που, όταν χορτάσει, φιλοσοφεί γύρω από την εγκράτεια, ενώ, όταν πεινάσει, ξεχνάει όσα δέχτηκε πριν.

Όποιος νηστεύει, δεν έχει ανάγκη από δάνεια ούτε χρειάζεται να πληρώνει τόκους. Η νηστεία γίνεται αφορμή να ευφραίνεται ο άνθρωπος. Γιατί όπως η δίψα κάνει γλυκό το πιοτό και η πείνα ευχάριστο το τραπέζι, έτσι και η νηστεία κάνει απολαυστικά τα φαγητά. ·

Αν θέλεις λοιπόν να 'ναι ευχάριστο το τραπέζι σου, δέξου την αλλαγή της νηστείας. Αν όμως είσαι πάντα κυκλωμένος από πλούσια φαγητά, αδικείς τον εαυτό σου, γιατί εξαφανίζεις την απόλαυση με την άμετρη φιληδονία.

Τίποτα δεν υπάρχει, που να μην περιφρονηθεί με τη συνεχή απόλαυσή του. Ενώ, αντίθετα, συχνά επιθυμούμε εκείνα τα φαγητά, που σπάνια γευόμαστε. Γι' αυτό και ο Δημιουργός μας επινόησε την ποικιλία στη ζωή μας, ώστε να νιώθουμε την απόλαυση όλων των αγαθών Του. Παρατήρησε τί συμβαίνει στη φύση: Ο ήλιος δεν είναι λαμπρότερος μετά τη νύχτα; Ο ύπνος δεν είναι γλυκύτερος μετά την

αγρυπνία; Η υγεία δεν είναι περισσότερο επιθυμητή μετά τη δοκιμασία της αρρώστιας; Έτσι και το τραπέζι γίνεται περισσότερο ευχάριστο μετά τη νηστεία. Αυτό μάλιστα ισχύει για όλους. Και για τους πλουσίους, που έχουν άφθονα φαγητά, και για τους φτωχούς, που διαθέτουν λιγότερη τροφή.

ΠΗΓΗ: Η ΦΩΝΗ ΤΩΝ ΠΑΤΕΡΩΝ"Η ΝΗΣΤΕΙΑ" Αγίου Βασιλείου του Μεγάλου ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΠΑΡΑΚΛΗΤΟΥ- ΩΡΩΠΟΣ ΑΤΤΙΚΗΣ 2010