Η αξία της νηστείας (π. Επιφάνιος Θεοδωρόπουλος)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 9 Απριλίου, 2013

Δυστυχῶς σήμερον ἡ νηστεία ἔχει πολύ παραμερισθῆ. Ἐλάχιστοι δίδουν σημασίαν εἰς τήν νηστείαν. Καί ὅμως ἡ ἀξία τῆς νηστείας εἶνε πολύ μεγάλη. Ἄς ἀκούσωμεν τί λέγει περί αὐτῆς ὁ Μέγας Βασίλειος:

«Νομίζεις ὅτι τοποθετῶ τήν ἀρχαιότητα τῆς νηστείς εἰς τήν ἐποχήν τοῦ Νόμου τοῦ Μωυσέως; Ὄχι! Ἡ νηστεία εἶνε περισσότερον παλαιά ἀπό τόν Νόμον τοῦ Μωυσέως... Ἡ νηστεία ἔχει τήν αὐτήν ἡλικίαν μέ τήν ἀνθρωπότητα. Ἡ νηστεία ἐνομοθετήθη εἰς τόν Παράδεισον.

Ἡ πρώτη ἐντολή περί νηστείας ἐδόθη εἰς τόν Ἀδάμ. «Ἀπό τόν καρπόν τοῦ δένδρου τῆς γνώσεως τοῦ καλοῦ καί τοῦ κακοῦ δέν θά φάγετε», εἶπεν ὁ Θεός εἰς τούς πρωτοπλάστους.

Αὐτό τό «δέν θά φάγετε» εἶνε θέσπισις νόμου νηστείας καί ἐγκρατείας. Ἐάν ἡ Εὔα δέν ἔτρωγεν ἀπό τόν καρπόν τοῦ δένδρου ἐκείνου, δέν θά εἴχομεν ἀνάγκην ἀπό τήν σημερινήν νηστείαν... Ἐπειδή δέν ἐνηστεύσαμεν, ἐξεδιώχθημεν ἐκ τοῦ Παραδείσου· ἄς νηστεύσωμεν λοιπόν, διά νά εἰσέλθωμεν εἰς αὐτόν... Μή μιμηθῇς τήν παρακοήν τῆς Εὔας, μή δεχθῇς πάλιν τόν ὄφιν ὡς σύμβουλον, ὁ ὁποῖος σέ προτρέπει νά φάγῃς, ἀπό ἐνδιαφέρον δῆθεν διά τό σῶμα σου... Τά σώματα τῶν ἀνθρώπων, ὅταν βαρύνωνται ὑπερ- βολικῶς μέ τήν συνεχῆ πολυφαγίαν, περιπίπτουν εὐκόλως εἰς ἀσθενείας...

Εἰς τόν Παράδεισον οἶνος δέν ὑπῆρχεν οὔτε θυσίαι ζώων ὑπῆρχον ἀκόμη οὔτε κρεοφαγίαι. Μετά τόν κατακλυσμόν ἐπετράπησαν αὐτά... Ἀλλά καί ὁ Μωυσῆς, ὡς γνωρίζομεν, μετά ἀπό νηστείαν ἐτόλμησε νά ἀνέλθῃ εἰς τό ὄρος Σινᾶ, διά νά λάβῃ τάς πλάκας τῶν Δέκα Ἐντολῶν... Τί ἦτο ἐκεῖνο πού κατέ- στησεν ἀνάξιον τόν Ἠσαῦ καί τόν ἔκαμε δοῦλον τοῦ ἀδελφοῦ του Ἰακώβ.

Δέν ἦτο ὀλίγον φαγητόν, χάριν τοῦ ὁποίου ἐπώλησεν εἰς τόν ἀδελφόν του τά δικαιώματά του ὡς πρωτοτόκου; Ἡ μήτηρ τοῦ προφήτου Σαμουήλ δέν ἀπέκτησε τόν υἱόν της ἕνεκα τῆς προσευχῆς της καί τῆς νηστείας της; Ἡ νηστεία δέν ἔκαμεν ἀκατανίκητον τόν μέγαν καί σπουδαῖον Σαμψών;... Ναί! Ἡ νηστεία γεννᾷ προφήτας,

ἡ νηστεία κάμνει ἰσχυροτέρους τούς ἰσχυ- ρούς, ἡ νηστεία κάμνει σοφούς τούς νομοθέτας... Ἡ νηστεία ἁγιάζει τόν ἀφιερωμένον εἰς τόν Θεόν καί καθιστᾷ τόν Ἱερέα ἱκανόν νά προσφέρῃ θυσίαν.

Διότι δέν εἶνε δυνατόν νά τολμήσῃ τις ἄνευ νηστείας νά ἱερουργήσῃ, ὄχι μόνον εἰς τήν ἰδικήν μας λατρείαν τήν μυστικήν καί ἀληθινήν, ἀλλ᾽ οὔτε εἰς τήν τυπικήν λατρείαν τῆς Παλαιᾶς Διαθήκης, τήν λατρείαν, πού ὥριζεν ὁ Νόμος τοῦ Μωυσέως.

Ἡ νηστεία ἔκαμε τόν προφήτην Ἠλίαν ἱκανόν καί ἄξιον νά ἴδῃ τό μέγα θέαμα· διότι ἀφοῦ μέ νηστείαν τεσσαράκοντα ἡμερῶν ἐκαθάρισε τήν ψυχήν του, οὕτως ἠξιώθη εἰς τό σπήλαιον Χωρήβ νά ἴδῃ τόν Κύριον, ὅσον βεβαίως εἶνε δυνατόν εἰς ἀνθρώπους νάἴδουν τόν Θεόν. Διά τῆς νηστείας ἀνέστησε τόν υἱόν τῆς χήρας καί οὕτω διά τῆς νηστείας, ἀνεδείχθη δυνατός κατά τοῦ θανάτου... Καί τοῦ προφήτου Ἐλισσαίου τόν βίον ἡ νηστεία διέκρινε... Καί γενικῶς ἡ νηστεία ὑπῆρξεν ὁδηγός εἰς ὅλους τούς ἁγίους, ὥστε νά πολιτευθοῦν συμφώνως πρός τό θέλημα τοῦ Θεοῦ... Καί οἱ Τρεῖς Παῖδες, καίτοι ἐρρίφθησαν εἰς τήν κάμινον τοῦ πυρός, ὅμως ἐπειδή εἶχον ὁπλισθῆ μέ τήν νηστείαν, κατεπάτουν τήν πυρκαϊάν καί ἀνέπνεον, μέσα εἰς αὐτό τό φοβερόν πῦρ, ἐλαφρόν καί δροσιστικόν ἀέρα. Οὔτε τάς τρίχας τῆς κεφαλῆς των δέν ἐτόλμησε νά θίξῃ τό πῦρ, ἐπειδή καί αὐταί εἶχον τραφῆ διά τῆς νηστείας. Ὁ δέ προφήτης Δανιήλ, ὁ ὁποῖος ἦτο γεμᾶτος ἀπό θείους καί πνευματικούς πόθους, ἀφοῦ ἐνήστευσεν ἐπί τρεῖς ἑβδομάδας καί οὔτε ἄρτον ἔφαγεν, οὔτε ὕδωρ ἔπιεν, ἔκαμεν ἔπειτα καί τούς λέοντας νά νηστεύουν, ὅταν ὁ εἰδωλολάτρης βασιλεύς τόν ἔρριψεν εἰς τόν λάκκον των... Ἡ νηστεία ἔσβεσε τήν δύναμιν τοῦ πυρός, ἡ νηστεία ἔφραξε τά στόματα τῶν λεόντων, ἡ νηστεία γίνεται πτερόν καί ἀναβιβάζει τήν προσευχήν εἰς τόν οὐρανόν, ἡ νη- στεία εἶνε αὔξησις καί πρόοδος τῶν οἴκων, μήτηρ τῆς ὑγείας, παιδαγωγός τῶν νέων, στολισμός τῶν πρεσβυτέρων...

Ἄλλα καί μέ ἄλλον τρόπον ἡ νηστεία μᾶς γίνεται ἀφορμή εὐφροσύνης. Ὅπως δηλαδή ἡ δίψα μᾶς κάμνει νά αἰσθανώμεθα ἀπόλαυσιν ὅταν πίνωμεν, καί ὅπως ἡ πεῖνα, ὅταν προηγηθῇ, κάμνει πολύ εὐχάριστον τήν τράπεζαν, οὕτω καί ἡ νηστεία καθιστᾶ περισσότερον ἀπο- λαυστικόν τό φαγητόν... Ἡ τράπεζα εἶνε περισσότερον εὐχάριστος μετά τήν νηστείαν, τόσον διά τούς πλουσίους πού ἔχουν ποικιλίαν φαγητῶν, ὅσον καί διά τούς πτωχούς πού τά φαγητά των εἶνε λιτά καί ἁπλᾶ... Τοῦ νηστεύοντος οἱ ὀφθαλμοί εἶνε ἤρεμοι, τό βάδισμα σεμνόν, τό πρόσωπον σοβαρόν, χωρίς νά ἐντροπιάζεται ἀπό ἀκολάστους γέλωτας, οἱ λόγοι του μετρημένοι, ἡ καρδία του καθαρά...

Ἀγνοεῖς ὅτι ὅπως συμβαίνει μέ τά ἀντίπαλα στρατεύματα, ὅπου ἡ συμμαχία κάποιου μέ τό ἕν κάμνει νά νικηθῇ τό ἄλλο, οὕτω συμβαίνει καί μέ τό πνεῦμα καί τήν σάρκα; Ὅποιος προσθέτει βάρη εἰς τήν σάρκα ἀντιμάχεται καί καταπολεμεῖ τό πνεῦμα καί ὅποιος προσχωρεῖ εἰς τό μέρος τοῦ πνεύματος ὑποδουλώνει τήν σάρκα. Διότι αὐτά εἶνε μεταξύ των ἐχθρικά. Ὥστε, ἄν θέλῃς νά κάμῃς ἰσχυρόν τό πνεῦμα σου,

χαλιναγώγησε μέ νηστείαν τήν σάρκα…

Δέν θά περιφρονήσῃς τά φαγητά, τά ὁποῖα φθείρονται; Δέν θά ἐπιθυμήσῃς τήν τράπεζαν πού εἶνε εἰς τήν Βασιλείαν τῶν Οὐρανῶν, εἰς τήν ὁποίαν θά καθήσῃς ἄν νηστεύσῃς εἰς τήν παροῦσαν ζωήν; Δέν γνωρίζεις ὅτι μέ τήν λαιμαργίαν καί τήν πολυφαγίαν σου κάμνεις παχύτερον τόν σκώληκα, ὁ ὁποῖος θά σέ κατατρώγῃ;

Ποῖος ἀπ᾽ ὅσους ἐπιδίδονται εἰς πολυφαγίας καί συνεχεῖς ὑλικάς ἀπολαύσεις, ἀπέκτησε ποτέ οἱονδήποτε πνευματικόν χάρισμα;… Δέν φοβεῖσαι καί δέν φρίττεις διά τήν λαιμαργίαν, μήπως γίνῃ αἰτία νά χάσῃς τά ἀγαθά τῆς Βασιλείας τῶν Οὐρανῶν;

Πρόσεξε ὅμως! Μή νομίσῃς ὅτι τό ἀγαθόν τῆς νηστείας περιορίζεται μόνον εἰς τήν ἀποχήν ἀπό τάς ὑλικάς τροφάς. Ὄχι! Πραγματική νηστεία εἶναι τό νά ἀπομακρυνθῇς ἀπό πᾶν κακόν… Τί τό ὄφελος νά νηστεύῃς καί ταὐτοχρόνως νά εὑρίσκεσαι εἰς φιλονικίας καί διαμάχας; Δέν τρώγεις κρέας, κατατρώγεις ὅμως τόν ἀδελφόν σου (μέ ὕβρεις, ἀδικίας, συκοφαντίας κ.λπ). Δέν πίνεις οἶνον, ἀλλά δέν κυριαρχεῖς εἰς τό πάθος σου νά ὑβρίζῃς. Δέν θέτεις τροφήν εἰς τό στόμα μέχρι τό βράδυ, ἀλλ᾽ ὅλην τήν ἡμέραν σου τήν σπαταλᾷς εἰς τά δικαστήρια… Μεθύει ἡ ψυχή σου ὄχι μέ οἶνον, ἀλλά μέ τόν θυμόν…».

Αὐτή λοιπόν εἶνε ἡ ἀληθής νηστεία. Νηστεία καί ἀπό τροφάς, ἀλλά καί ἀπό πάθη. Αὐτήν τήν νηστείαν, πού ἐπαινεῖ ὁ Μέγας Βασίλειος, ἔχουσα ὑπ᾽ ὄψιν της ἡ Ἐκκλησία μας, μᾶς καλεῖ νά ψάλωμεν:

«Νηστεύσωμεν νηστείαν δεκτήν, εὐάρεστον τῷ Κυρίῳ· ἀληθής νηστεία ἡ τῶν κακῶν ἀλλοτρίωσης, ἐγκράτεια γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμός, καταλαλιᾶς, ψεύδους καί ἐπιορκίας· ἡ τούτων ἔνδεια νηστεία ἐστίν ἀληθής καί εὐπρόσδεκτος». Δηλαδή: Ἄς νηστεύσωμεν νηστείαν πού τήν δέχεται ὁ Θεός, νηστείαν πού ἀρέσει εἰς τόν Κύριον. Τοιαύτη νηστεία ἀληθής εἶνε ἡ ἀποξένωσις ἀπό τάς κακίας. Δηλαδή ἡ συγκράτησις τῆς γλώσσης (ἀπό ὕβρεις, βλασφημίας, συκοφαντίας κ.λπ), ἡ ἀποφυγή τοῦ θυμοῦ, ἡ ἀπομάκρυνσις ἀπό ἐπιθυμίας πονηράς, καθώς καί ἀπό καταλαλιάν, ψεῦδος καί ἐπιορκίαν. Ἡ ἔλλειψις αὐτῶν τῶν κακιῶν εἶνε νηστεία ἀληθής καί δεκτή μέ εὐχαρίστησιν ἀπό τόν Θεόν.

(Ἀπό τό βιβλίον τοῦ μακαριστοῦ Ἀρχιμανδρίτου π. Ἐπιφανίου Θεοδωροπούλου «Περίοδος Τριωδίου», Ἀθῆναι 2000)

(«Ὀρθόδοξος Τύπος», 22 Μαρτίου 2013)

Διαβάστε ολόκληρο το κείμενο πατώντας εδώ

ΣΧΕΤΙΚΑ ΚΕΙΜΕΝΑ:

Η Νηστεία (Αγ. Βασιλείου του Μεγάλου)

Η νηστεία: Το αληθινό νόημα και περιεχόμενό της (Ιερά Μονή Σαγματά)

Νηστεία και εγκράτεια (Αγ. Δημήτριος του Ροστώφ)

«Η νηστεία κάνει θαύματα» (Σεβασμ. Μητροπ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου Ιερόθεος)

Ομιλία περί νηστείας, ήτοι πόσον αμαρτάνει, όστις καταφρονεί της νηστείας τους νόμους, και πόσον καρποφορεί της νηστείας η αρετή, και πόση η υπό Θεού υπέρ αυτής ανταπόδοσις (Αρχιεπίσκοπος Αστραχά

Η νηστεία της Εκκλησίας και η «Ενεργειακή διατροφή» της Νέας Εποχής (π. Σωτήριος Ο. Αθανασούλιας)

Επιστολή για τη νηστεία, την εγκράτεια και τη δίαιτα (Γέρων Ιωσήφ Βατοπαιδινός)

Μαγειρική και νηστεία (μοναχός Μωυσής Αγιορείτης)