Περί νηστείας (π. Επιφάνιος Θεοδωρόπουλος)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 17 Δεκεμβρίου, 2013

Αναγκαίος ο θεσμός της νηστείας

Αυτοί που ενσυνείδητα παραθεωρούν το θέμα της νηστείας, χωρίς να έχουν λόγους υγείας, πολύ φοβάμαι ότι δεν ενδιαφέρονται πραγματικά για τη σωτηρία της ψυχής τους.

Νομοθέτες!

Διηγείτο κάποτε ο γέροντας: Ήρθε κάποιο πνευματικοπαίδι μου και μου έλεγε:
-Ξέρετε, πάτερ, εγώ δεν την παραδέχομαι τη νηστεία. Τι πάει να πει νηστεία;
Του απάντησα:
-Η νηστεία είναι θεσμός της Εκκλησίας. Νομοθετήθηκε στον Παράδεισο. Νήστευσαν οι Προφήτες, ο Μωυσής, ο ίδιος ο Κύριος, οι Απόστολοι, οι Πατέρες… Εάν εξακολουθείς να μη νηστεύεις και να έχεις αυτές τις αντιλήψεις, τότε ν' αλλάξεις Γέροντα!
Έτσι του είπα. Εάν όμως μου έλεγε: «Ξέρετε, πάτερ, δέχομαι τη νηστεία όπως την ορίζει η Εκκλησία, αλλά δεν μπορώ να νηστεύσω τόσο. Προσπαθώ όμως κάτι να καταφέρω», θα του έλεγα: «Σε δέχομαι, παιδάκι μου. Προσπάθησε όσο μπορείς να ανταποκριθείς σ' αυτά που λέει η Εκκλησία μας». Αλλά να μου λέει: «Δεν παραδέχομαι τη νηστεία»! Ποιος είσαι εσύ; Τι είναι αυτά που λες; Ακούς εκεί!

Παρόμοια απάντησε σε κάποιον, ο οποίος του ανέφερε στην εξομολόγηση ότι κατέτασσε τις νηστείες στα μικροπράγματα και για το λόγο αυτό δεν τις τηρούσε, «φροντίζοντας να είναι εντάξει στα βασικά της πίστεώς μας»:
-Δεν μου λές, ήλθες εδώ ως μετανοών αμαρτωλός για να λάβεις άφεση, ή ως νομοθέτης; Αν ισχύει το πρώτο, δεν μπορείς να κατατάσσεις τη νηστεία στα δευτερεύοντα στοιχεία της χριστιανικής ζωής. Αν ισχύει το δεύτερο, τότε δεν είσαι μαθητής του Χριστού και δεν μπορώ να σου διαβάσω συγχωρητική ευχή.

Σοβαρό αμάρτημα

Το Δεκαπενταύγουστο του '67, θυμάται ένα ζευγάρι πνευματικών του τέκνων, φιλοξενηθήκαμε σε κάποιο συγγενικό σπίτι και δεν νηστεύσαμε, ακολουθώντας τη γραμμή του σπιτιού αυτού. Το θεωρήσαμε πολύ φυσικό και αυτοσυγχωρεθήκαμε. Πήγαμε

μετά από λίγο καιρό για εξομολόγηση στον Γέροντα, αλλά δεν τον αναφέραμε τίποτε γι' αυτό. Εξομολογηθήκαμε άλλα πράγματα. Μας διάβασε τη συγχωρητική ευχή και μετά πιάσαμε κουβέντα για διάφορα ενδιαφέροντα θέματα. Παρεμπιπτόντως στη ρύμη
του λόγου αναφέραμε ότι δεν είχαμε νηστεύσει. Θα προτιμούσαμε να άνοιγε η γη να μας καταπιεί από τη ντροπή μας, όταν μας είπε αυστηρά:
-Νομίζετε ότι έχετε εξομολογηθεί τώρα, όταν ένα τόσο σοβαρό αμάρτημα το αποσιωπήσατε;

Αναθεώρηση των περί νηστείας διατάξεων

Στις μακροχρόνιες και επίμονες προσπάθειες διαφόρων εκκοσμικευμένων εκκλησιαστικών κύκλων για την αναθεώρηση και χαλάρωση των περί νηστείας διατάξεων της Εκκλησίας ο Γέροντας ήταν απολύτως αντίθετος.
Έλεγε:
Είναι τόση η αξία της νηστείας, ώστε κι αν ακόμη δεν είχε θεσπισθεί από την Εκκλησία, θα έπρεπε να την θεσπίσει τώρα, και όχι θεσμό καθιερωμένο από αιώνες, ο οποίος έχει αναδείξει τόσους Αγίους, να ζητάμε να τον καταργήσουμε ή να τον αλλοιώσουμε!

Νηστεία και πάθη

Οι κύκλοι αυτοί χρησιμοποιούν ακόμη και πατερικές απόψεις οι οποίες, κατ' αυτούς, υποβαθμίζουν τη σημασία της νηστείας για την πνευματική ευδοκίμηση των πιστών, εν αντιθέσει προς ό,τι έχει επιβάλει η πράξη της Εκκλησίας. Έτσι π.χ. αναφέρουν τις Πατερικές απόψεις ότι η νηστεία είναι άχρηστη, όταν συνοδεύεται από φαρισαϊκή οίηση, από καταλαλιά, συκοφαντία, μισανθρωπία ή εκδικητικότητα, ή ακόμη και από λαιμαργία και αμετρία στο φαγητό, έστω και νηστίσιμο.
Κατά τον Γέροντα οι θέσεις αυτές των Πατέρων δεν μειώνουν καθόλου την αξία της νηστείας. Αντιθέτως την αναδεικνύουν, αφού την αντιπαρατάσσουν προς τόσο μεγάλες κακίες, όπως οι παραπάνω, οι οποίες επιστρατεύονται από τον διάβολο για να την αχρηστεύσουν.
Πουθενά οι Πατέρες δεν λένε ότι όσοι είναι απηλλαγμένοι από τις κακίες αυτές και όσοι κοσμούνται με τις αντίθετες αρετές, είναι ελεύθεροι να μη νηστεύουν. Αλλά και δεν λένε, ότι όποιος έχει αυτές τις κακίες, είναι περιττό να νηστεύει, μια και τότε είναι άχρηστη η νηστεία. Αντιθέτως η μη τήρηση στην περίπτωση αυτή της νηστείας υποβοηθεί στην παγίωση των παθών αυτών.

Νηστεία και δίαιτες

Ο Γέροντας είχε να απαντήσει
συχνά σε προκλήσεις σχετικά με τη νηστεία. Κάποτε τον ρώτησαν:
- Ποιος νηστεύει καλύτερα, πάτερ, σε περίοδο νηστείας, αυτός που τρώει δυο πιάτα ανάλαδη φασουλάδα, χαλβά κ.λπ., ή αυτός που τρώει ένα αυγό σφικτό;
Χωρίς περιστροφές ο Γέροντας απάντησε:
-Ο πρώτος! Ο δεύτερος κάνει απλώς δίαιτα.
Και το αιτιολογούσε:
-Η νηστεία έχει δύο στόχους: την άσκηση εγκρατείας στο σώμα δια του περιορισμού των πλούσιων σε θρεπτικές ουσίες τροφών, και τη συμμόρφωση στις εντολές της Εκκλησίας, που αποτελεί άσκηση για την ψυχή.
Αυτός ο οποίος τρώειένα αυγό σε περίοδο νηστείας, χωρίς να υπάρχουν λόγοι υγείας, οπωσδήποτε αθετεί την εντολή της Εκκλησίας.
Σαν αυτούς που επιδιώκοντας να έχουν για λόγους καλής διατροφής ένα ποικίλο διαιτολόγιο τρώνε Τρίτη και Πέμπτη όσπρια και λαχανικά, ενώ Τετάρτη και Παρασκευή αρτύσιμα.
Η περιφρόνηση αυτή προς την Εκκλησία είναι προκλητική, δεδομένου ότι η συμμόρφωση προς τα καθιερωθέντα από αυτήν είναι και ανέξοδη και εύκολη.
Να τρώνε δηλαδή Τρίτη και Πέμπτη αρτύσιμα και Τετάρτη και Παρασκευή τα νηστίσιμα. Έτσι και το αποτέλεσμα από απόψεως διατροφής θα ήταν το ίδιο και δεν θα γινόταν καταπάτηση της νηστείας. Είναι προφανές ότι υπάρχει παχυλή άγνοια και αδιαφορία για ό,τι έχει θεσπίσει η Εκκλησία, αν δεν υπάρχει το ακόμη χειρότερο, εωσφορική οίηση.
Εννοείται ότι ο Γέροντας δεν ευνοούσε την πολυφαγία σε νηστήσιμες τροφές ή τα πολυτελή και εξεζητημένα εδέσματα κατά της περιόδους της νηστείας, έστω κι αν αυτά κατατάσσονται στις νηστίσιμες τροφές.
Πάντοτε συνιστούσε λιτότητα, ανεξαρτήτως αν υπήρχε νηστεία ή όχι, και σε μοναχούς και σε λαικούς. Προέβαλλε μάλιστα συχνά προς έλεγχον τον βασανιστικό αυτοπεριορισμό περί το φαγητό, στον οποίο υποβάλλονται τακτικά κοσμικοί άνθρωποι για να διατηρούν τη σιλουέττα τους, και βέβαια όχι από λόγους υγείας αλλά επιδείξεως.

Νηστεία και ονομαστικές εορτές

Είχε τεθεί συχνά το θέμα αν επιτρέπεται να προσφέρεται αρτύσιμο φαγητό σε περιπτώσεις ονομαστικών εορτών, εξαιρετικών γεγονότων, συναντήσεως φίλων κ.λπ.
κατά τη διάρκεια των νηστειών.
Ο Γέροντας έλεγε ότι η περιποίηση ανθρώπων είναι μεγάλη αρετή, η εξάσκηση της

οποίας δεν μπορεί να αναστέλλεται κατά τις νηστίσιμες περιόδους. Στο τραπέζι όμως θα παρατίθενται απαραιτήτως νηστίσιμα φαγητά. Μέσα σε κάποια όρια μπορεί να είναι πιο περιποιημένα ή πιο νόστιμα αν θέλουμε να τιμήσουμε κάποιους, απαραιτήτως όμως νηστίσιμα.

Νηστεία και φιλοξενία

Επικρατεί σε πολλούς η άποψη ότι για λόγους φιλοξενίας επιτρέπεται η κατάλυση της νηστείας. Ως παράδειγμα από την ιστορία της Εκκλησίας προβάλλεται η τακτική των Πατέρων της ερήμου που σταματούσαν τη νηστεία τους προκειμένου να φιλοξενήσουν κάποιον ή να φιλοξενηθούν από κάποιον αδελφό, όταν πήγαιναν ταξίδι.

Ο Γέροντας ξεκαθάριζε τα πράγματα:
- Πουθενά στο Γεροντικό, έλεγε, δεν επαινείται κάποιος ασκητής και δεν προβάλλεται ως παράδειγμα επειδή κατέλυσε τη νηστεία για λόγους φιλοξενίας. Αυτό που αναφέρεται είναι ότι οι άγιοι εκείνοι ερημίτες και ασκητές κατέλυαν την προσωπική τους ασκητική νηστεία, που ήταν πολύ αυστηρότερη απ’ ό,τι όριζε η Εκκλησία.
Έτρωγαν π.χ. λίγα άβραστα, μουσκεμένα όσπρια ή ωμά χόρτα ή λίγο μουσκεμένο παξιμάδι κι αυτό όχι κάθε μέρα, αλλά κάθε δυό-τρεις μέρες ή και ακόμη αραιότερα.
Αν τύχαινε, λοιπόν, να φιλοξενήσουν κάποιον, τότε έβραζαν τα όσπρια ή τα χόρτα και αν ήταν μέρα με κατάλυση οινελαίου έριχναν λίγο λάδι ή έπιναν και λίγο κρασί. Μπορεί ακόμη να πρόσθεταν λίγο κόπο παραπάνω για να περιποιηθούν αυτό το
λιτό φαγητό και να τιμήσουν έτσι τον φιλοξενούμενό τους.
Με ταπείνωση δε εδέχοντο και οι ίδιοι παρόμοια φιλοξενία τις ελάχιστες φορές κατά τις οποίες έβγαιναν από το ασκητήριό τους.
Μόλις οι λόγοι της φιλοξενίας εξέλειπαν, αυτοί επανέρχονταν στην αυστηρή νηστεία τους ή και σε ακόμη αυστηρότερη για να ανακτήσουν το χαμένο έδαφος, μήπως δηλ. τους ξεγελάσει ο εαυτός τους και βρουν τη φιλοξενία ως πρόσχημα για να χαλαρώσουν τη νηστεία τους.
Όταν κάποιος ερημίτης, συνέχιζε ο γέροντας, οδοιπορώντας επισκεπτόταν άλλους ασκητές στην έρημο, αυτοί τον κέρναγαν λίγο κρασί (είτε επειδή υπήρχε κατάλυση οίνου είτε διότι εφάρμοζαν οικονομία για τον κόπο της οδοιπορίας). Αυτός το έπινε ευχαριστώντας ευγενικά, αλλά όταν επέστρεφε στο κελλί του, έμενε τόσες μέρες χωρίς νερό όσα ποτήρια κρασί είχε δεχθεί κατά το ταξίδι του.
Ο υποτακτικός του, που τον λυπόταν, όταν ταξίδευαν μαζί, παρακαλούσε κρυφά τους φιλοξενούντες να μην του προσφέρουν κρασί.

***

Είχα εξομολογηθεί στον Γέροντα
προ ετών, θυμάται ένα πνευματικοπαίδι του, ότι είχαμε φιλοξενήσει στο σπίτι κάποιον εξάδελφο, λίγο κοσμικό στο φρόνημα σε ημέρα νηστείας και γι’ αυτό δεν είχαμε νηστεύσει. Ο Γέροντας υπήρξε αυστηρός:
-Την μια ο εξάδελφος, την άλλη ο κουμπάρος, την τρίτη ο μπατζανάκης, μετά ο φίλος! Αν το πάτε έτσι, δεν πρόκειται να νηστεύετε.
Καλά κάνετε και φιλοξενείτε. Αυτό σας το συνιστώ. Ακόμη και σε μέρες νηστείας. Αλλά θα προσφέρετε νηστίσιμα φαγητά.
Περιποιημένα και νόστιμα αν θέλετε να τιμήσετε κάποιον, αλλά νηστίσιμα. «Σήμερα», θα του λέτε απλά, «είναι νηστεία, γι’ αυτό σου έχουμε νηστίσιμο φαγητό. Δεν θέλουμε να παραβούμε τις εντολές της Εκκλησίας».

Νηστεία και συνεστιάσεις

Πολλά από τα πνευματικοπαίδια του Γέροντα αντιμετώπιζαν προβλήματα με τη νηστεία, όταν ελάμβαναν μέρος σε συνεστιάσεις φιλικές ή επαγγελματικές (παλαιών συμμαθητών, γεύματα εργασίας, επιστημονικά συνέδρια κ.λπ.). Είναι παρατηρημένο ότι στις σύγχρονες αποχριστιανισμένες δυτικές κοινωνίες τέτοιες συνεστιάσεις ορίζονται κατά κανόνα τις Τετάρτες και ιδίως τις Παρασκευές, διότι η επομένη είναι η αργία του Σαββάτου και κλείνει η εργασιακή εβδομάδα (ο Γέροντας σ’ αυτό διέβλεπε λανθάνουσα διαβολική επίδραση.
«Χάθηκαν οι άλλες μέρες;», έλεγε). Προφανώς κανείς δεν λαμβάνει υπ’ όψιν τις μεγάλες περιόδους της νηστείας, ούτε και προνοεί να παρατίθενται νηστίσιμα φαγητά. Ενδεχομένως κάποιες σαλάτες είναι η μόνη εναλλακτική λύση γι’ αυτούς που θέλουν να νηστέψουν. Η γραμμή του Γέροντα ήταν απόλυτη:
-Αν θέλετε να λάβετε μέρος σ’ αυτές τις συνεστιάσεις, έχετε ευλογία, αλλά θα νηστεύετε τρώγοντας ό,τι νηστίσιμο βρείτε. Αν δεν μπορείτε να κρατήσετε τη νηστεία, τότε να μη λαμβάνετε μέρος.

Νηστεία και σκανδαλισμός

Λένε μερικοί:

-Δεν νηστεύουμε όταν βρισκόμαστε σε μια συγκέντρωση για να μη στενοχωρήσουμε και σκανδαλίσουμε κάποιους με τη στάση μας. Θα μας σχολιάσουν. Ο ίδιος ο Χριστός δεν είπε να μη δείχνουμε ότι νηστεύουμε όπως οι υποκριτές Φαρισαίοι;

Ο Γέροντας απαντούσε σ' αυτό ως εξής:
- Όταν νηστεύουμε, όπως κι όταν κάνουμε οποιαδήποτε καλή πράξη, πρέπει να ενεργούμε με ταπεινό φρόνημα, ως «αχρείοι δούλοι», υπακούοντας στις εντολές της Εκκλησίας. Και τούτο ανεξάρτητα αν μας βλέπουν ή δεν μας βλέπουν οι άνθρωποι. Όπως δεν πρέπει να επιζητούμε τον έπαινο των ανθρώπων, έτσι δεν πρέπει και να φοβόμαστε τον ψόγο και τα σχόλιά τους όταν κάνουμε το καθήκον μας προς τις εντολές του Θεού. Δεν είναι σωστό να εξαρτώμεθα στο θέμα αυτό από το εάν κάποιος στενοχωρηθεί ή «σκανδαλισθεί».
Αν εμείς κάνουμε το καθήκον μας, η ευθύνη του σκανδαλισμού βαρύνει τον σκανδαλιζόμενο, ο οποίος σε τελευταία ανάλυση είτε δεν αναγνωρίζει την αυθεντία του Χριστού και της Εκκλησίας Του πάνω στη ζωή μας είτε προσπαθεί να δικαιολογήσει τη δική του αδυναμία.
Σκεπτόμαστε αυτούς που θα «σκανδαλισθούν», όταν μας δουν να νηστεύουμε και δεν
υπολογίζουμε αυτούς που θα μας δουν να μη νηστεύουμε, γνωρίζοντας ενδεχομένως τις αρχές και τα πιστεύω μας. Σ' αυτή την τελευταία περίπτωση η ευθύνη του σκανδαλισμού βαρύνει εξ ολοκλήρου εμάς, διότι εμείς είμαστε οι παραβάτες της εντολής.
Εξ άλλου αν αυτή τη συλλογιστική την επεκτείνουμε και στις άλλες εντολές της Εκκλησίας, καταργούμε όλο τον ηθικό νόμο του Θεού.
Θέλω π.χ. να πάω στην Εκκλησία. Πάντοτε σχεδόν θα συναντήσω ανθρώπους στο δρόμο. Σκέπτομαι: «Αν μπω μέσα και με δουν, αν είναι άθεοι και αντίχριστοι θα ενοχληθούν και θα εξοργισθούν.
Αν είναι ευσεβείς πιστοί, θα πουν: Τι καλός Χριστιανός! Πάει στην Εκκλησία! Και ο έπαινός τους θα μου αφαιρέσει την ωφέλεια του εκκλησιασμού. Ας μην πάω λοιπόν στην Εκκλησία. Θα εκκλησιασθώ όταν δεν θα με δει κανείς». Κι έτσι πάει περίπατο ο εκκλησιασμός! Που ακούσθηκαν αυτά; Ποιο Ευαγγέλιο λέει τέτοια πράγματα;

*[Αποσπάσματα από το βιβλίο «ΥΠΟΘΗΚΕΣ ΖΩΗΣ από τη διδασκαλία του πατρός Επιφανίου» - Έκδοσις Ιερού Ησυχαστηρίου Κεχαριτωμένης Θεοτόκου Τροιζήνας (σελ.
122-132)]*

(Πηγή ηλ. κειμένου: *Ἀναβάσεις)*