

Ποια η ανάγκη της νηστείας; (Αββάς Μάρκος)

Categories : [ΘΕΟΛΟΓΙΑ](#)

Date : Μαρτίου 11, 2019

Αν θελήσουμε να χορτάσουμε τρώγοντας, θα βαρεθούμε γρήγορα και θα επιθυμήσουμε κάτι άλλο· και όταν και τούτο το φάμε και το χορτάσουμε, και αυτό παρόμοια θα το αποδοκιμάσουμε, όπως το προηγούμενο, και θα το παρατήσουμε. Δεν γίνεται δηλαδή, ενόσω χορταίνουμε, να μείνουμε στις ίδιες επιθυμίες που επινοούμε για την ευχαρίστησή μας. Ποιο φαγητό ήταν πιο γλυκό ή πιο εκλεκτό από το μάννα; Όταν όμως οι Ισραηλίτες το έφαγαν και το χόρτασαν, καθώς δεν είχαν κάτι καλύτερο να επιθυμήσουν, επιθύμησαν το κατώτερο, τα σκόρδα και τα κρεμμύδια (Αριθ. 11:5-7). Επομένως **ο χορτασμός έχει έμφυτη την επιθυμία κάποιου άλλου**. Αν λοιπόν, καθώς χορταίνουμε το ψωμί, επιθυμούμε και άλλες τροφές, ας το τρώμε χωρίς να χορταίνουμε. Έτσι, μη χορταίνοντας το ψωμί, πάντοτε θα επιθυμούμε να το χορτάσουμε, οπότε και τη βλάβη από την επιθυμία άλλων θα αποφύγουμε, και την **αρετή της εγκράτειας** θα αποκτήσουμε.

Ίσως όμως θα πει κάποιος από εκείνους που είναι κάπως απρόθυμοι για τη νηστεία: «Μήπως είναι αμαρτία να φάει ο άνθρωπος;» Μα ούτε και εμείς συμβουλεύουμε να φυλάγεται ο άνθρωπος από το φαγητό σαν να είναι αμαρτία, αλλά **επειδή το ακολουθεί η αμαρτία**. Οι Ισραηλίτες δεν αμάρτησαν, επειδή επιθύμησαν, αλλά διέπραξαν ασέβεια, επειδή εξαιτίας της επιθυμίας κακολόγησαν τον Θεό. Είπαν δηλαδή: «Μήπως θα μπορέσει ο Θεός να μας ετοιμάσει τραπέζι στην έρημο;» (Ψαλμ. 77:19). Και αφού τους το ετοίμασε ο Θεός, ξέσπασε σε αυτούς η οργή του σαν φωτιά και έριξε νεκρούς τους ισχυρούς ανάμεσά τους (Ψαλμ. 77:31), για να μην επιθυμήσουν, μένοντας ζωντανοί, και άλλη τροφή και πουν λόγια εναντίον του Υψίστου και έτσι εξοντωθούν και οι υπόλοιποι.

Είναι δύσκολο να κυριαρχήσει κανείς στην αδιάντροπη κοιλιά. Είναι θεός (Φιλιπ. 3:19) για εκείνους που θα νικηθούν από αυτήν, και δεν μπορεί να αθωωθεί όποιος την ανέχεται.

Ο κίνδυνος όμως δεν είναι μόνο από τον χορτασμό, αλλά και από την ακηδία. **Όταν δηλαδή περάσουμε αρκετές ημέρες χωρίς να τρώμε τίποτε, βρίσκει έδαφος η ακηδία και θα επιτεθεί να μας πολεμήσει**. Τη νυχτερινή μας αγρυπνία θα τη μετατρέψει σε ύπνο και την προσευχή της ημέρας σε σαρκικούς λογισμούς, ώστε να μην ωφεληθούμε καθόλου από τον ύπνο και να ζημιωθούμε πάρα πολύ από τους σαρκικούς λογισμούς. **Αρχίζουμε δηλαδή να έχουμε μεγάλη ιδέα**, ότι κάνουμε περισσότερη άσκηση από τους άλλους, και καταφρονούμε τους μικρότερους, πράγμα που είναι το πιο βαρύ σφάλμα. Αν ένας γεωργός, αφού ξοδέψει πολλά για την

καλλιέργεια του χωραφιού του, το αφήσει άσπαρτο, οι κόποι του καταλήγουν σε ζημία. Έτσι και εμείς: **αν υποτάξουμε με πολλή προσοχή τη σάρκα μας, αλλά δεν σπείρουμε την προσευχή, μάλλον εναντίον μας αγωνιστήκαμε.**

Ίσως όμως θα πει κάποιος: «*Είτε στην προσευχή είτε στην αρετή, ποια είναι η ανάγκη της νηστείας;*» Είναι μεγάλη από κάθε άποψη. Όπως δηλαδή ένας φτωχός γεωργός, αν σπείρει σε χέρσο χωράφι χωρίς πρώτα να το οργώσει, αντί για σιτάρι θα μαζέψει αγκάθια, έτσι και εμείς: **αν δεν σπείρουμε την προσευχή, αφού πρώτα ταλαιπωρήσουμε τη σάρκα μας με τη νηστεία, η σοδειά μας θα είναι αμαρτία και όχι αρετή.** Γιατί αυτή η σάρκα είναι από χώμα όπως και το χωράφι, και αν δεν τη φροντίσουμε τόσο, όσο εκείνο, ποτέ **δεν θα βλαστήσει καρπό αρετής.**

Αυτά τα λέμε όχι για να εμποδίσουμε εκείνους που μπορούν να ωφεληθούν από τη νηστεία, αλλά για να παρακινήσουμε αυτούς που δεν θέλουν να βλαφτούν. Γιατί η νηστεία, όπως ωφελεί εκείνους που την ασκούν με περίσκεψη, έτσι **βλάπτει όσους την επιχειρούν απερίσκεπτα.** Αυτοί λοιπόν που φροντίζουν να ωφεληθούν, οφείλουν να φυλάγονται από τη βλάβη που προξενεί, δηλαδή την **κενοδοξία.** Το ψωμί που ήταν να φάμε μετά τη συμπλήρωση της νηστείας, την οποία ορίζουμε για τον εαυτό μας, ας το μοιράσουμε στις μέρες της ασιτίας, τρώγοντας λίγο κάθε μέρα, για να φιμώσουμε το σαρκικό μας φρόνημα και για να έχει στήριγμα η καρδιά μας στην προσευχή, η οποία είναι πιο ωφέλιμη. Και έτσι **θα φυλαχτούμε, με τη δύναμη του Θεού, από την υπερηφάνεια** και θα φροντίσουμε να περάσουμε όλες τις μέρες της ζωής μας με **ταπεινοφροσύνη, χωρίς την οποία κανείς δεν θα ευαρεστήσει στον Θεό.**

(Από το βιβλίο: "ΕΥΕΡΓΕΤΙΝΟΣ", τόμος Β', Υπόθεση ΙΗ' (18), σελ. 159. Εκδόσεις "Το Περιβόλι της Παναγίας", Θεσσαλονίκη 2003)

(Πηγή ψηφ. κειμένου: koinoniaorthodoxias.org)