Η νηστεία κατά τον Όσιο Πορφύριο τον Καυσοκαλυβίτη (π. Ευάγγελος Πριγκιπάκης, Δρ Θεολογίας – Δρ. Φιλοσοφίας)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 2 Δεκεμβρίου, 2023

Η πρόνοια του Θεού ευδόκησε, ώστε η σημερινή μας λατρευτική σύναξη να συμπέσει με την έναρξη της νηστείας προ των Χριστουγέννων. Γι' αυτό και η σύντομη αυτή ομιλία μας θα εστιάσει το ενδιαφέρον της κυρίως **στη διδασκαλία του νεοφανούς οσίου και θεοφόρου πατρός Πορφυρίου του Καυσοκαλυβίτου, του διορατικού και προορατικού, για το μέγα και σωτήριο πνευματικό άθλημα της αληθούς νηστείας.**

Ο όσιος Πορφύριος, επιθυμώντας να ενισχύσει τον πνευματικό αγώνα των πνευματικών του τέκνων για άσκηση και νηστεία, τους απαριθμούσε συνήθως πολλά παραδείγματα από την Αγία Γραφή για να τονίσει τα θαυμαστά της αποτελέσματα. Έλεγε δηλαδή, πως ο Μωυσής, για να λάβει τη νομοθεσία για δεύτερη φορά, χρειάστηκε και δεύτερη νηστεία, ενώ ο προφήτης Σαμουήλ υπήρξε καρπός νηστείας. Η μητέρα του Άννα νήστεψε, προσευχήθηκε στο Θεό και του ζήτησε ένα παιδί, με την υπόσχεση να το αφιερώσει σ' Εκείνον. Η νηστεία επίσης ανέβασε στον τρίτο ουρανό και τον Απόστολο Παύλο, γι' αυτό και την συμπεριλάμβανε στα καυχήματα για τις θλίψεις του. Για τη νηστεία όμως, όπως και για όλες τις αρετές, κορυφαίο πρότυπο έχουμε τον ίδιο τον Κύριο, υπογράμμιζε ο όσιος. Ο Κύριος λοιπόν, έπειτα από νηστεία σαράντα ημερών ξεκίνησε το έργο του εδώ στη γη. Πρώτα οχύρωσε και εξόπλισε με τη νηστεία τη σάρκα και ύστερα αντιμετώπισε τους πειρασμούς του διαβόλου. Κατά τον ίδιο τρόπο και εμείς, τόνιζε, θα πρέπει να προετοιμαζόμαστε διαρκώς πνευματικά με νηστείες και να προγυμναζόμαστε στους αγώνες εναντίον των πνευματικών αντιπάλων, όπως τα πάθη, προκειμένου να καθαριστούμε, να φωτιστούμε και να θεωθούμε κατά χάριν, ώστε να ενωθούμε με τον Χριστό.

Εκτός αυτών όμως, ο Άγιος Πορφύριος συμβούλευε γενικώς τα πνευματικά του τέκνα να φροντίζουν ιδιαιτέρως για το περιεχόμενο και την ποιότητα της διατροφής τους. Τους συνιστούσε μάλιστα να μην προτιμούν τα δυσκολοχώνευτα φαγητά ή να καταναλώνουν τροφές με πολλά λιπαρά, διότι πρώτα απ' όλα κάνουν κακό στο σώμα και μετά στην ψυχή. Έτσι, όπως τόνιζε, οι Πατέρες μιλούν για νηστεία και κατακρίνουν πολύ την πολυφαγία, την οποία αποδίδουν στη γαστριμαργία. Νηστεία σημαίνει αποχή τόσο από τις τροφές που δεν επιτρέπονται, αλλά **σημαίνει και αποχή από τη μεγάλη ποσότητα των τροφών που επιτρέπονται κατά τη**

διάρκειά της. Γι’ αυτό και τόνιζαν επίσης οι παλαιοί Πατέρες μας, όπως ανέφερε συχνά ο όσιος, ότι τα φαγητά κατά την νηστήσιμη περίοδο θα πρέπει να είναι πιο απλά και οι πιστοί να μην αφιερώνουν πολύ χρόνο στην παρασκευή τους. Επειδή μάλιστα κάποια από τα πνευματικά του τέκνα διαμαρτύρονταν ότι με τη νηστεία κινδύνευαν να αρρωστήσουν, ο άγιος τους έφερνε ως παράδειγμα τους μοναχούς που νήστευαν και νηστεύουν αυστηρά, αλλά δεν έπασχαν ούτε πάσχουν από καμία ασθένεια. Όπως τόνιζε επ’ αυτού με έμφαση, δεν κινδυνεύει να πάθει κανείς τίποτα από τη νηστεία, διότι αυτή είναι και ζήτημα πίστεως. Όταν έχετε, όπως τόνιζε χαρακτηριστικά, θείο έρωτα, δηλαδή πολλή αγάπη και εμπιστοσύνη στο Θεό, τότε μπορείτε να νηστεύετε με ευχαρίστηση και όλα θα είναι εύκολα, διαφορετικά θα σας φαίνονται όλα βουνό.

Ένα άλλο περιστατικό επίσης που συνέβη στον όσιο και σχετίζεται με τη νηστεία είναι το εξής. Επρόκειτο, όπως ανέφερε, για ένα ζευγάρι που ο άνδρας είχε συνηθίσει να νηστεύει, ενώ η γυναίκα δεν νήστευε. Αυτό βέβαια δε σημαίνει ότι ήταν αρνητική και στην πίστη, αλλά απλώς, ήταν έτσι συνηθισμένη. Όταν του έθεσαν λοιπόν το θέμα στην εξομολόγηση, εκείνος συμβούλεψε πρώτα τον άνδρα λέγοντάς του ότι θα πρέπει να νηστεύει, όπως νήστευε μέχρι τότε. Όμως, στη γυναίκα σου, του τόνιζε, ποτέ δεν θα μιλήσεις για νηστεία, αλλά κατά την περίοδο των νηστειών το ψυγείο θα το έχεις πάντα γεμάτο, διδάσκοντάς του με τον τρόπο αυτό την**αγία διάκριση, την αγάπη και την ελεύθερη βούληση του κάθε ανθρώπου στο θέμα της νηστείας**, παρόλο που υπογράμμιζε ότι **η νηστεία είναι υποχρεωτική για όλους τους Ορθοδόξους Χριστιανούς**.

Και αυτό διότι, όπως τόνιζε, **το να τρώμε και να πίνουμε απ’ όλα όσα μας προσφέρονται ευχαριστώντας το Θεό δεν είναι καθόλου αντίθετο με την πνευματική γνώση. Το να απέχουμε όμως ευχαρίστως, ελεύθερα και χωρίς κανέναν καταναγκασμό από τα πολλά και ευχάριστα φαγητά, αυτό είναι δείγμα μεγαλύτερης πνευματικής διακρίσεως και γνώσεως, αλλά και υψηλής και θεοποιού ασκήσεως**. **Όταν το σώμα είναι βαρύ από πολλά φαγητά, υπογράμμιζε, κάνει τον νου δειλό και δυσκίνητο, ενώ, όταν ατονεί από την πολλή νηστεία και τη μεγάλη εγκράτεια, κάνει το θεωρητικό μέρος της ψυχής να γίνεται σκυθρωπό και να αποφεύγει την πολυλογία. Γι’ αυτό και πρέπει να κανονίζει ο κάθε πιστός τη διατροφή του ανάλογα με την κατάσταση του σώματος, ώστε, όταν αυτό είναι υγιές, να χαλιναγωγείται όπως πρέπει και, όταν είναι άρρωστο, να περιθάλπεται με μέτρο, πάντοτε όμως σε συνεννόηση και έπειτα από τη συμβουλή και την ευλογία του εξομολόγου και πνευματικού πατέρα.**

Ο όσιος πατήρ μάλιστα, θέλοντας να**συνδέσει αδιάρρηκτα την εξομολόγηση με τη νηστεία**, τόνιζε πως, αν η νηστεία είναι αληθινή και ειλικρινής, τότε**πρέπει να συνοδεύεται και από έργα άξια μετανοίας, από έργα πίστεως και έργα**

αγάπης προς τον κάθε συνάνθρωπο. Ο Κύριος μας είπε, όπως υπογράμμιζε, πως, **αν δεν δείξουμε αγάπη και έλεος στους πάσχοντες κυρίως αδελφούς μας, τότε είναι μάταιες οι νηστείες και οι εγκράτειές μας, εφόσον περιφρονήσαμε τις ζωντανές εικόνες Του, που είναι οι συνάνθρωποί μας**. Και αυτό διότι νηστεύοντας μιμούμαστε ουσιαστικά τη νηστεία του Χριστού, δηλαδή ένα μικρό μέρος της ζωής του. Αν μείνουμε όμως μόνο στη νηστεία, τότε δεν μιμούμαστε τον Κύριο στο σκοπό όλης της επίγειας ζωής Του, δηλαδή το έλεος, που είναι η βαθιά και έμπρακτη αγάπη που έδειξε στην πάσχουσα φύση μας στο πρόσωπο κάθε ανθρώπου. Ο όσιος έλεγε μάλιστα στα πνευματικά του τέκνα, πως **το κλειδί στον πνευματικό αγώνα είναι η νηστεία και η λογική διατροφή, αλλά το θεμέλιο και οι βάσεις της είναι η αγάπη προς τον Χριστό, η ταπείνωση και η υποταγή στον πνευματικό μας πατέρα με σκοπό να καθαρθούμε από τα πάθη, να αποκτήσουμε τις θείες αρετές και να ενωθούμε κατά χάρη με τον Χριστό**, που είναι η χαρά, το φως το αληθινό και η πραγματική ευτυχία για τον κάθε άνθρωπο. Ο Χριστός, όπως τόνιζε ο όσιος, είναι η ελπίδα μας, γιατί, **όταν μας ενώνει μεταξύ μας με το Σώμα Του και το Αίμα Του, οι αποστάσεις εξαλείφονται**. Και **ο Χριστός προσεγγίζεται κυρίως με τα Ιερά Μυστήρια**. Κοινωνείται πρωτίστως με τη θεία Ευχαριστία και οπωσδήποτε τα απαραίτητα για την ενσυνείδητη συμμετοχή μας σ' αυτήν, που είναι η Μετάνοια με την εξομολόγηση, τα οποία συνιστούν τις βασικές προϋποθέσεις για την επιτυχία στη νηστεία μας, η οποία είναι επίσης απαραίτητη για την ορθή προσέλευση στη θεία Κοινωνία.

Με την καθαρή εξομολόγηση λοιπόν, συνδυασμένη με την ειλικρινή μετάνοια και την αληθινή νηστεία, συντελείται, όπως δίδασκε ο όσιος, η κάθαρση από τα πάθη με την απονέκρωσή τους. Διότι **η απαλλαγή από τα πάθη δεν επιτυγχάνεται μόνο με την ανθρώπινη προσπάθεια και σπουδή, αλλά κυρίως με την αρωγή της μυστηριακής ζωής και με την αδιάλειπτη μετάνοια και τακτική εξομολόγηση, μέσω των οποίων χορηγείται στον άνθρωπο η θεραπευτική χάρη του Θεού**. Για την εξομολόγηση μάλιστα έλεγε ακόμη ο όσιος, ότι είναι το δεύτερο Βάπτισμα για τον πιστό, με την οποία επιτυγχάνεται η κάθαρση από τα ψυχοφθόρα πάθη.

Ο όσιος τόνιζε ακόμη ότι **ο αμαρτωλός άνθρωπος που μετανοεί, εξομολογείται και νηστεύει καθαρίζεται πλήρως από όλα τα πάθη**. Επιδιώκοντας να υπογραμμίσει την ανάγκη της ιεράς εξομολογήσεως ανέφερε διαρκώς, πως το μεγάλο προνόμιο που έχει η πίστη μας είναι ο εξομολόγος, ο πνευματικός μας πατέρας, ο συμπαραστάτης και αρωγός μας στην οικοδόμηση της πνευματικής ζωής. Γι' αυτό και μετά την εξαγόρευση των αμαρτημάτων και την συγχώρησή τους, συμβούλευε τους πιστούς να μην υποκύπτουν στον πειρασμό να επαναφέρουν στην μνήμη τους τα παλαιά τους πνευματικά ολισθήματα, προκειμένου να μην απογοητευθούν και εγκαταλείψουν τον πνευματικό αγώνα. Τους τόνιζε δηλαδή να μην επιστρέφουν στα προηγούμενα, αλλά να προχωρούν μπροστά με μετάνοια, υπομονή, ταπείνωση και

θάρρος.

Έτσι, έχοντας κι εμείς συχνά επικοινωνία με τον πνευματικό μας πατέρα θα είναι δύσκολο να έχουμε πνευματικές πτώσεις. Αν δηλαδή εξομολογούμαστε και νηστεύουμε αληθινά, αλλά και μετανοούμε καθημερινά και πραγματικά για τα αμαρτήματά μας, τότε, όπως τόνιζε ο όσιος, η καρδιά μας θα γίνει απλή και ειλικρινής, θα πάψει να είναι διπλή και ανειλικρινής, θα γίνει αγαθή και όχι πονηρή και ιδιοτελής. Αν μετανοούμε ειλικρινά και αγωνιζόμαστε πνευματικά με συχνή και καθαρή εξομολόγηση, αλλά και αληθινή νηστεία, τότε είναι βέβαιο ότι με την θερμή μας προσευχή και τον πνευματικό μας αγώνα θα προκόψουμε στην εν Χριστώ ζωή, ώστε να είναι σίγουρο πως στο τέλος της τεσσαρακονθήμερης νηστείας που ξεκίνησε θα φωλιάσει παντοτινά ο Κύριος και στις δικές μας καρδιές τα Χριστούγεννα, ο Οποίος μας δίδαξε άλλωστε ότι δεν μπορούμε να σωθούμε χωρίς την προσευχή και τη νηστεία.

Κύριες πηγές άντλησης πληροφοριών:

Γ.Σ. Κρουσταλάκης, *Ο Γέρων Πορφύριος*, Αθήνα: Ίχνηλασία, 1997. Κλ. Ιωαννίδης, *Ο Γέρων Πορφύριος. Μαρτυρίες και Εμπειρίες*, Αθήνα: Ιερό Γυναικείο Ησυχαστήριο Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, 2009. *Αγίου Πορφυρίου Καυσοκαλυβίτου. Βίος και Λόγοι*, Χανιά: Ιερά Μονή Χρυσοπηγής, 2015. Α. Κωστάτου, *Συνομιλώντας με τον Γέροντα Πορφύριο*, Μήλεσι Ωρωπού: Ιερό Γυναικείο Ησυχαστήριο Μεταμορφώσεως του Σωτήρος, 2013. π. Πορφύριος Katang Tshiwong Landry, *Η Θεία Λατρεία στις διδαχές των αγίων Γερόντων του 20^{ου} αι.*, Θεσσαλονίκη 2018.

(Πηγή: anastasiosk.blogspot.com*)*