



ΣΤΩΜΕΝ ΚΑΛΩΣ

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΑΝΤΙΑΙΡΕΤΙΚΗΣ ΟΜΑΔΟΣ
ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩΣ ΠΑΤΡΩΝ

ΕΤΟΣ 7^ο

ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ - ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ 2015

ΤΕΥΧΟΣ 41ο

Η Νηστεία στήν Ὁρθόδοξη Ἐκκλησία καί στίς διάφορες αἱρέσεις - θρησκείες

«Αὐτό τό δαιμονικό γένος δέν μπορεῖ νά διωχθεῖ μέ κανένα ἄλλο μέσο,
παρά μόνο μέ τήν προσευχή καί τή νηστεία» (Ματθ. ιζ',21)

1. Ἑτυμολογία

Ἡ λέξη «νηστεία» προέρχεται ἀπό τό στερητικό «νη-» καί τό ρῆμα «ἐσθίω» πού σημαίνει τρώω. Ἄρα, ἔννοια τῆς νηστείας εἶναι ἀποχή ἀπό τό φαγητό. Κατά συνέπεια ἔχουμε καί τήν διάκριση τῶν τροφῶν σέ νηστήσιμες καί σέ ἀρτύσιμες. Ἐπιπλέον, στήν ἐκκλησιαστική γλῶσσα ἡ νηστεία δέν εἶναι μόνο ἡ ἀποχή τῶν φαγητῶν ἀλλά κυρίως ἡ ἀποχή ἀπό τίς ἡδονές τῆς ζωῆς καί τά πάθη μας.

2. Προέλευση τῆς νηστείας

Ἡ νηστεία στήν Ἐκκλησία δέν εἶναι ἀνθρώπινη ἐφεύρεση. Κατά τούς Πατέρες τῆς Ἐκκλησίας εἶναι ἀρχαία ἐντολή καί κατά τόν Μ. Βασίλειο νομοθετήθηκε στόν Παράδεισο μέ τήν ἐντολή τοῦ Τριαδικοῦ Θεοῦ πρὸς τόν Ἀδάμ καί τήν Εὐα: «*Ἀπό παντός ξύλου τοῦ ἐν τῷ Παραδείσῳ βρώσει φαγεῖν, ἀπό δέ τοῦ ξύλου τοῦ γινώσκειν καλόν καί πονηρόν, οὐ φάγεσθε*». Ἐπίσης ὁ προφήτης Μωϋσῆς νήστεψε μαζί μέ ὅλο τόν ἰσραηλιτικό λαό στήν ἔρημο πρὶν παραλάβει τίς Δέκα Ἐντολές, ὁρίστηκε μάλιστα ἀκόμα καί ἀποχή τῶν συζύγων ἀπό τίς μεταξὺ τους σχέσεις γιά τρεῖς ἡμέρες (Ἐξ. Κδ,28).

Ὁ προφήτης Ηλίας νήστεψε ὥστε νά μήν βρέξει γιά τριάμισι χρόνια (Γ' Βασ. Ιζ,1 καί στό βιβλίο τοῦ προφήτη Ἰωνᾶ διαβάζουμε ὅτι οἱ Νινευίτες γλύτωσαν ἀπό τήν καταστροφή τῆς πόλης τους ἐπειδὴ νήστεψαν μέχρι καί τά ζῶα τους. Στήν Καινή Διαθήκη βλέπουμε ὅτι καί ὁ ἴδιος ὁ Κύριος νήστεψε γιά σαράντα ἡμέρες πρὶν ἐξέλθῃ γιά τήν δημόσια δράση Του (Ματθ. δ,2). Στά ἱερά Εὐαγγέλια βλέπουμε τόν Κύριο νά δίνει ὁδηγίες στούς μαθητές Του ἀκόμα καί γιά τήν ποιότητα τῆς νηστείας πού δέν πρέπει νά μοιάζει μέ αὐτήν τῶν Φαρισαίων. Ἀκόμα ἔχουμε τό παράδειγμα τοῦ ἀπ. Παύλου ὁ ὁποῖος μετά τήν μεταστροφή του δέν ἔφαγε γιά τρεῖς μέρες (Πραξ. Θ,9) καί ἀρκετές ἄλλες περιπτώσεις.

3. Ἡ σημασία τῆς νηστείας

Ὁ ι. Χρυσόστομος ἀναρωτιέται λέγοντας ὅτι ἐάν ἡ νηστεία ἦταν τόσο ἀναγκαία στόν Παράδεισο, πόσο ἀναγκαία εἶναι ἐκτός τοῦ Παραδείσου; Ἐάν τό φάρμακο (ἡ νηστεία) ἦταν ἀναγκαία πρὸ τῆς πληγῆς (ἐκδίωξη ἀπό τόν Παράδεισο), πόσο μᾶλλον μετά τήν πληγή; Ἐάν ἦταν ἀναγκαία πρὶν τόν πόλεμο τῶν ἁμαρτωλῶν ἐπιθυμιῶν καί τῶν παθῶν μας,

πόσο αναγκαία είναι μετά; Γι' αυτό και ο Κύριος είπε ότι «τοῦτο τό γένος οὐκ ἐκπορεύεται εἰ μή ἐν προσευχῇ καί νηστεία». Ἡ νηστεία σύμφωνα μέ τήν Παράδοση τῆς Ἐκκλησίας εἶναι «παθοκτόνος», τρέπει τόν διάβολο σέ φυγή. Ἀκόμα, δέν ἔχει σκοπό τήν ταιλαιπωρία τοῦ σώματος ἀλλά τήν υἰγεία τῆς ψυχῆς καθώς ἀποτελεῖ φάρμακο πού καθαρίζει ἀπό τά πάθη. Αὐτός εἶναι καί ὁ λόγος πού μπορεῖ νά προσαρμοστεῖ σέ περίπτωση ἀσθένειας. Ὁ σκοπός τῆς νηστείας εἶναι νά ἀποτελέσει τό μέσον τῆς ἀπόκτησης τῶν ἀρετῶν καί τελικῶς τῆς σωτηρίας μας, στήν κοινωνία μέ τόν Θεό.

Ἀκόμα, ἡ νηστεία εἶναι ἀναγκαία καί στόν ἔγγαμο βίο. Ὁ Μέγας Βασίλειος ἀναφέρει ὅτι αὐτή ἐμποδίζει τήν ἀσυδοσία στίς συζυγικές σχέσεις καί ὁδηγεῖ τούς συζύγους στήν σύμφωνη ἐγκράτεια ὥστε νά ἀσχοληθοῦν μέ τήν προσευχή.

Ἡ νηστεία, ὅμως, ὀφείλει νά εἶναι καί πνευματική. Νηστεία ἀπό τά φαγητά, ὅπως λένε οἱ Πατέρες τῆς Ἐκκλησίας, κάνει καί ὁ Διάβολος, καθώς δέν ἔχει σάρκα ὅπως ὁ ἄνθρωπος, ἀλλά εἶναι ἡ πηγή τῆς κακίας. Ὁ Μ. Βασίλειος συμβουλεύει νά μήν περιοριστοῦμε στήν δίαιτα ἀλλά νά νηστέψουμε ἀπό τά πάθη μας. Νά συγχωροῦμε καί νά μήν ἀδικοῦμε καθώς μπορεῖ νά μήν τρῶμε κρέας ἀλλά νά «τρῶμε» τόν πλησίον. Ἀλλοίμονο σέ αὐτούς πού μεθᾶνε χωρίς κρασί λέει ὁ προφ. Ἡσαΐας ἐννοώντας γιά παράδειγμα τόν θυμό πού ὅπως λέει πάλι ὁ Μ. Βασίλειος παραφρονεῖ τήν ψυχή.

4. Ἡ Νηστεία στήν Ὁρθόδοξη Ἐκκλησία

Σύμφωνα μέ τήν Παράδοση τῆς Ἐκκλησίας καί μέ ἀποφάσεις Οἰκουμενικῶν καί Τοπικῶν Συνόδων, ἔχουν θεσπιστεῖ συγκεκριμένες **ἡμέρες νηστείας**:

ἡ Τετάρτη, ὡς ἀνάμνηση τῆς προδοσίας τοῦ Κυρίου ἀπό τόν Ἰούδα,

ἡ Παρασκευή, ἐνθυμούμενοι τά Σεπτά Πάθη, τήν Σταύρωση καί τόν Θάνατο τοῦ Κυρίου.

Ἐπειτα ἔχουμε **μακρές περιόδους νηστείας**, ἔχοντας ὡς παράδειγμα τόν ἴδιο τόν Κύριο πού νήστεψε 40 ἡμέρες στό Σαραντάριο Ὅρος:

- **τήν Μεγάλη Τεσσαρακοστή,**
- **τήν Νηστεία τῶν Χριστουγέννων,**
- **τήν Νηστεία τοῦ Δεκαπενταυγούστου**
- **τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων.**

Ἄλλες καθιερωμένες ἡμέρες νηστείας εἶναι αὐτή τῆς **Παραμονῆς τῶν Θεοφανείων** (5η Ἰανουαρίου), **τῆς Ὑψώσεως τοῦ Τιμίου Σταυροῦ** (14η Σεπτεμβρίου) καί **τῆς Ἀποτομῆς τῆς τιμίας κεφαλῆς τοῦ ἁγίου Ἰωάννου τοῦ Προδρόμου** (29η Αὐγούστου). Τέλος ὑπάρχουν καί **οἱ νηστείες πού καθορίζονται ἀπό τούς Πνευματικούς – Ἐξομολόγους** στόν κάθε πιστό ξεχωριστά εἴτε πρό τῆς συμμετοχῆς σέ ἱερά Μυστήρια εἴτε σάν ἐπιτίμιο.

5. Ἡ νηστεία στίς ἄλλες θρησκείες

Ἡ νηστεία εἶναι ἓνας παγκόσμιος θεσμός καί συναντᾶται ἀπό τά ἀρχαῖα χρόνια σέ διάφορους λαούς καί σχεδόν σέ ὅλες τίς θρησκείες.

• οἱ **ἀρχαῖοι Αἰγύπτιοι** νήστευαν κατά τίς ἑορτές τῆς θεᾶς Ἰσιδος καί γενικά σέ ὅλες τίς ἑορτές τους,

• οἱ **ἀρχαῖοι Ἕλληνες** κατά τά Ἐλευσίνια Μυστήρια καί εἰδικότερα οἱ Λακεδαιμόνιοι πρὶν ἀπό κάθε σοβαρή πολεμική ἐπιχείρηση. Γενικά γιά τούς προγόνους μας ἡ νηστεία ἦταν ἓνα μέσον καθαρμοῦ καί προσέγγισης τοῦ θείου.

• ὁ **Βουδισμός**, ἐπίσης, περιέχει αὐστηρότατες διατάξεις περί νηστείας πού φτάνουν μέχρι τήν ἀπαγόρευση κατάποσης τοῦ σάλιου!

• οἱ **Ἑβραῖοι** νήστευαν μιά φορά κατά τήν ἑορτή τοῦ Ἐξιλασμοῦ καί μετά τήν Βαβυλώνιο αἰχμαλωσία προστέθηκαν καί ἄλλες περίοδοι

νηστείας. Ἡ νηστεία δήλωνε πολλές φορές τήν μετάνοια τῶν Ἰσραηλιτῶν, ὅπως βλέπουμε πολλές φορές στήν Παλαιά Διαθήκη, καί ἀργότερα χρησίμευε ὡς ὑπενθύμιση ἐθνικῶν καταστροφῶν ὅπως ἡ ἄλωση τῆς Ἱερουσαλήμ ἀπό τοὺς Βαβυλώνιους.

- τό **Ἰσλάμ** ἔχει ὡς νηστεία τήν περίοδο τοῦ Ραμαζανίου, ἕναν μῆνα κατά τόν ὁποῖο οἱ πιστοί του ἀπέχουν τῆς τροφῆς καί τοῦ νεροῦ ἀπό τήν ἀνατολή μέχρι τήν δύση τοῦ ἡλίου. Στίς ἐνδιάμεσες ὥρες μποροῦν νά φᾶνε ὅσο θέλουν.

6. Ἡ νηστεία στίς αιρετικές ομάδες

- Μέσα στό πνεῦμα τῆς ἐκκοσμίκευσης τῆς πίστεως, οἱ αἰρετικοί διαφοροποιήθηκαν ἀπό τήν Ὁρθόδοξη Ἐκκλησία. Ἔτσι βλέπουμε ὅτι:

- στόν **Παπισμό** ἐπικράτησε μιὰ χαλαρή ἀντίληψη γιά τόν ἱερό θεσμό τῆς νηστείας. Τό «κόσκινο» τῆς κοσμικῆς λογικῆς δέν ἐπέτρεψε νά παραμείνει στήν Δύση κανένα εἶδος ὀρθόδοξης ἄσκησης. Οὐσιαστικά ἀπαγορεύεται μόνο τό κρέας σέ περιόδους νηστείας καί ὁ κά-θε τοπικός «ἐπίσκοπος» ἔχει τό δικαίωμα νά ρυθμίζει τίς νηστείες. Περίοδος νηστείας ὑπάρχει μόνο ἀπό τήν Καθαρά Δευτέρα μέχρι τό Μ. Σάββατο, κατά τίς παραμονές κάποιων ἐορτῶν καί πρίν τήν λήψη τῆς κοινωνίας.

- στόν **Προτεσταντισμό**, ἀφοῦ ἀπορρίφθηκε ὅλη ἡ Ἱερά Παράδοση τῆς Ἐκκλησίας, ἀπορρίφθηκε καί ἡ νηστεία, ἂν καί εἶναι δύσκολο νά καταγράψουμε τίς ἀπόψεις καί τῶν 23.000 προτεσταντικῶν ὁμολογιῶν...

- στοὺς **Μάρτυρες τοῦ Ἰεχωβά (ἢ Χιλια-στές)**, εἶναι φυσικό νά ἔχει ἀπορριφθεῖ καί ἡ νηστεία τῆς Ἐκκλησίας μαζί μέ τό ἀσκητικό της φρόνημα.

7. Ἀντί ἐπιλόγου: σοφά λόγια τοῦ Γέροντος π. Ἐπιφανίου Θεοδωρόπουλου γιά τήν Νηστεία

Λένε μερικοί:

- Δέν νηστεύουμε ὅταν βρισκόμαστε σέ μιὰ συγκέντρωση γιά νά μή στενοχωρήσουμε καί σκανδαλίσουμε κάποιους μέ τή στάση μας. Θά μᾶς σχολιάσουν. Ὁ ἴδιος ὁ Χριστός δέν εἶπε νά μή δείχνουμε ὅτι νηστεύουμε ὅπως οἱ ὑποκριτές Φαρισαῖοι;

- Ὁ Γέροντας ἀπαντοῦσε σ' αὐτό ὡς ἐξῆς: - Ὅταν νηστεύουμε, ὅπως κι ὅταν κάνουμε ὅποιαδήποτε καλή πράξη, πρέπει νά ἐνεργοῦμε μέ ταπεινό φρόνημα, ὡς «ἀχρεῖοι δοῦλοι», ὑπακούοντας στίς ἐντολές τῆς Ἐκκλησίας. Καί τοῦτο ἀνεξάρτητα ἂν μᾶς βλέπουν ἢ δέν μᾶς βλέπουν οἱ ἄνθρωποι. Ὅπως δέν πρέπει νά ἐπιζητοῦμε τόν ἔπαινο τῶν ἀνθρώπων, ἔτσι δέν πρέπει καί νά φοβόμαστε τόν ψόγο καί τά σχό-λιά τους ὅταν κάνουμε τό καθῆκον μας πρός τίς ἐντολές τοῦ Θεοῦ. Δέν εἶναι σωστό νά ἐξαρτώμεθα στό θέμα αὐτό ἀπό τό ἐάν κάποιος στενοχωρηθεῖ ἢ «σκανδαλισθεῖ». Ἄν ἐμεῖς κάνουμε τό καθῆκον μας, ἡ εὐθύνη τοῦ σκανδαλισμοῦ βαρύνει τόν σκανδαλιζόμενο, ὁ ὁποῖος σέ τελευταία ἀνάλυση εἴτε δέν ἀναγνωρίζει τήν αὐθεντία τοῦ Χριστοῦ καί τῆς Ἐκκλησίας Του πάνω στή ζωή μας εἴτε προσπαθεῖ νά δικαιολογήσει τή δική του ἀδυναμία. Σκεπτόμαστε αὐτούς πού θά «σκανδαλισθοῦν», ὅταν μᾶς δοῦν νά νηστεύου-με καί δέν ὑπολογίζουμε αὐτούς πού θά μᾶς δοῦν νά μή νηστεύουμε, γνωρίζοντας ἐνδεχομένως τίς ἀρχές καί τά πιστεύω μας. Σ' αὐτή τήν τελευταία περίπτωση ἡ εὐθύνη τοῦ σκανδαλισμοῦ βαρύνει ἐξ ὁλοκλήρου ἐμᾶς,

διότι ἐμεῖς εἴμαστε οἱ παραβάτες τῆς ἐντολῆς. Ἐξ ἄλλου ἂν αὐτὴ τῇ συλλογιστικῇ τὴν ἐπεκτείνουμε καὶ στίς ἄλλες ἐντολές τῆς Ἐκκλησίας, καταργοῦμε ὅλο τὸν ἠθικὸ νόμο τοῦ Θεοῦ. Θέλω π.χ. νά πάω στήν Ἐκκλησία. Πάντοτε σχεδόν θά συναντήσω ἀνθρώπους στό δρόμο. Σκέπτομαι: «Ἄν μπῶ μέσα καί μέ δοῦν, ἂν εἶναι ἄθεοι καί ἀντίχριστοι θά ἐνοχληθοῦν καί θά ἐξοργισθοῦν. Ἄν εἶναι εὐσεβεῖς πιστοί, θά ποῦν: Τί καλὸς Χριστιανός! Πάει στήν Ἐκκλησία! Καί ὁ ἔπαινός τους θά μοῦ ἀφαιρέσει τὴν ὠφέλεια τοῦ ἐκκλησιασμοῦ. Ἄς μὴν πάω λοιπόν στήν Ἐκκλησία. Θά ἐκκλησιασθῶ ὅταν δέν θά μέ δεῖ κανεὶς». Κι ἔτσι πάει περίπατο ὁ ἐκκλησιασμός! Ποῦ ἀκούσθηκαν αὐτά; Ποιό Εὐαγγέλιο λέει τέτοια πράγματα;

«Αὐτοὶ πού ἐνσυνείδητα παραθεωροῦν τὸ θέμα τῆς νηστείας, χωρὶς νά ἔχουν λόγους υἰείας, πολὺ φοβᾶμαι ὅτι δέν ἐνδιαφέρονται πραγματικά γιὰ τὴ σωτηρία τῆς ψυχῆς τους»

(ἀπὸ τὸ βιβλίο **«ΥΠΟΘΗΚΕΣ ΖΩΗΣ ἀπὸ τῇ διδασκαλίᾳ τοῦ πατρὸς Ἐπιφανίου»** - Ἑκδόσεις Ἱεροῦ Ἡσυχαστηρίου Κεχαριτωμένης Θεοτόκου Τροιζήνος)

Γεράσιμος Ἀθανασίου
Ἀπόφοιτος Θεολογικῆς Σχολῆς Ἀθηνῶν

ΤΗΛΕΦΩΝΟ ΑΝΤΙΑΙΡΕΤΙΚΗΣ ΟΜΑΔΟΣ: 6977582800

CTΩΜΕΝ ΚΑΛΩC

ΠΕΡΙΟΔΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΑΝΤΙΑΙΡΕΤΙΚΗΣ ΟΜΑΔΟΣ

ΙΕΡΑΣ ΜΗΤΡΟΠΟΛΕΩC ΠΑΤΡΩΝ

ΕΚΔΑΝΕΤΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑ

αὐτὸ Ὁρθόδοξον καὶ Μητροπολιτικὸν Πατρίδιον

κ.κ. ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ

ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙC ΠΑΤΡΩΝ

Ν. Βόσσης 34, Τηλ. : 2610-320.602, Fax: 2610-279.533 email: i-m-patron@otenet.gr

ΥΠΕΥΘΥΝΟC ΕΚΔΟΣΕΩΝ

Ἀρχιμ. Τιμόθεος Γ. Παπακωνσταντίνου

ΥΠΕΥΘΥΝΟC ΤΥΠΟΓΡΑΦΕΙΟΥ

Π. Κούλης, Ψηφιακὴς Εκτυπώσις, email: paulkoulias@gmail.com