

## Περί νηστείας ο λόγος...

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Φωτο:stchronicls.pblogs.gr

† Γέροντας Ιάκωβος Τσαλίκης

Αναφερόμενος ο Γέροντας Ιάκωβος Τσαλίκης (Ηγούμενος της 1. Μ. Όσιου Δαυίδ Εύβοιας) στο θέμα της νηστείας μεταξύ άλλων έλεγε και τα εξής (επί λέξει):

**«Η νηστεία είναι εντολή του Θεού. Γι' αυτό και μεις να νηστεύουμε, παιδιά μου.** Δε μ' έβλαψε η νηστεία μέχρι σήμερα που είμαι 70 χρονών. Η μητέρα μου μ' έμαθε νηστεία παιδιόθεν. Δεν κάνω τον υποκριτή ότι, παιδιά μου, νηστεύω, αλλά αυτά με δίδαξαν οι γονείς μου και μέχρι σήμερα αυτά τηρώ, τέκνα μου. Δεν με έβλαψε ποτέ η νηστεία κιας έχω ασθένειες πάνω μου.

Είπαν οι γιατροί και οι Επίσκοποι: Η νηστεία κι αυτή η λιτοδίαιτα πολύ ωφελούν τον άνθρωπο. Εφόσον ωφελεί, όταν ο γιατρός, με συγχωρείτε, μας λέει: πέντε μέρες, πάτερ μου, δε θα πιεις νερό ούτε μία σταγόνα, για να κάνουμε μία θεραπεία, να δούμε το σώμα σου τι έχει. Λοιπόν, πέντε μέρες άντεξα. Πολύ καλό με είχε κάνει. Ε, πόσο μάλλον ωφέλει, όταν νηστεύουμε για την ψυχή μας! Αλλά και στο σώμα αυτό κατ οικεί ψυχή αθάνατος. Γι' αυτό ας φροντίζουμε για την ψυχή μας που είναι πράγμα αθάνατο.

Να νηστεύετε, παιδιά μου, μην ακούτε που λένε δεν είναι η νηστεία τίποτε Κι Ότι Τα λένε οι καλόγηροι. Δεν τα λένε οι καλόγηροι, παιδιά μου, με συγχωρείτε, τα λέει ο Θεός. Η πρώτη εντολή του Θεού ήταν η νηστεία, καθώς και ο Χριστός μας νήστευσε. Εμείς μπορούμε να πούμε ότι νηστεύουμε. Έ, τρώμε τόσα και τόσα.

Τώρα νηστεία, παιδιά μου, κάνουμε εμείς; Όταν τρώμε, με συγχωρείτε, τόσα και τόσα φαγητά, έστω αλάδωτα, έστω... Υπάρχουν νηστίσιμα φαγητά πολλά. Αρκεί ο άνθρωπος να έχει την υγεία του και τη θέληση να νηστέψει.

Κάποτε ήρθε ένα πρόσωπο και μου λέει: Παπά μου, μου είπανε ότι νηστεία δεν υπάρχει. Και ότι ποιός είπε ότι υπάρχει νηστεία. Του είπα να πει στον ιερέα ν' ανοίξει το Βιβλίο να δει που υπάρχει νηστεία. «Ει μη εν προσευχή και νηστεία... », λέγει στο Ευαγγέλιο ο Χριστός μας και άλλα πολλά. Και τα δαιμόνια και οι αρρώστιες κι όλα τα πάθη με τη νηστεία και την προσευχή αποβάλλονται. Ο Άγιος Πρόδρομος τι έτρωγε εκείνος στην έρημο; Τι έτρωγε ο Όσιος Δαυίδ; Μ' ένα αντίδωρο περνούσε στο ασκητήριό του όλη την εβδομάδα.

**Πηγή:** Περιοδικόν «Ορθόδοξη Ιεραποστολική Πορεία Αγάπης», Τεύχος 17, «Παρά την Λίμνη», Έκδοσις Ιεραποστολικού Συλλόγου «Πορεία Αγάπης», Λάρισα, Ιανουάριος-Φεβρουάριος-Μάρτιος 2014.