

Η Νηστεία της Μεγάλης Τεσσαρακοστής

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Η Εκκλησία μας, ανάμεσα στις μεγάλες νηστείες του έτους, θεωρεί ότι η νηστεία της Μεγάλης Τεσσαρακοστής είναι η αρχαιότερη και αυστηρότερη περίοδος νηστείας.

Μαζί με τη νηστεία της Τετάρτης και της Παρασκευής υπάρχει στην Εκκλησία από την Αποστολική εποχή, όπως μπορούμε να συμπεράνουμε από αδιαμφισβήτητες

ιστορικές μαρτυρίες πού έχουμε.

Αφετηρία και πυρήνα αυτής της νηστείας είναι η αρχαιότατη νηστεία πριν από το Πάσχα, η οποία καθιερώθηκε σε ανάμνηση των παθών του Κυρίου και ως περίοδος προπαρασκευής των πιστών για την εορτή του Πάσχα και των κατηχουμένων για το Βάπτισμα. Οι Αποστολικές Διαταγές συνδέουν την καθιέρωση της νηστείας του Πάσχα με τα λόγια του Κυρίου «όταν απαρθή απ' αυτών ο νυμφίος, τότε νηστεύσουσιν εν εκείναις ταις ημέραις» (Μάρκ. 2,20· Ματθ. 9,15· Λουκ. 5,35). «Εκείναι αι ημέραι» είναι, κατά τις Διαταγές, ο χρόνος της νηστείας πριν από το Πάσχα.

Αρχικά ο χρόνος της νηστείας δεν ήταν ούτε μεγάλος ούτε και ίδιος σε όλες τις τοπικές Εκκλησίες. Υπήρχε δηλαδή στην πρώτη Εκκλησία ελευθερία και όχι απόλυτη ομοιομορφία. Ποικιλία ακόμη παρατηρούμε και στον τρόπο, με τον οποίο νήστευαν οι χριστιανοί αυτήν την περίοδο.

Πότε ακριβώς εμφανίζεται η Τεσσαρακοστή ως περίοδος νηστείας πριν από την εορτή του Πάσχα, είναι δύσκολο να καθορισθεί με ακρίβεια. Μία αναφορά στη νηστεία της Τεσσαρακοστής του 5ου Κανόνα της Α' οικουμενικής Συνόδου, πού συνήλθε στη Νίκαια της Βιθυνίας, μας οδηγεί στο συμπέρασμα ότι κατά την εποχή πού συγκλήθηκε η Σύνοδος (325 μ.Χ.) η Τεσσαρακοστή αποτελούσε καθιερωμένο θεσμό σ' ολόκληρη την εκκλησία.

Άλλες ιστορικές μαρτυρίες, όπως αυτή του ιστορικού Ευσεβίου Καισαρείας, αναφέρονται με μεγαλύτερη σαφήνεια στην ύπαρξη της Τεσσαρακοστής και συνδέουν την καθιέρωσή της ως περιόδου νηστείας και πνευματικής προπαρασκευής για το Πάσχα με την τεσσαρακονθήμερη νηστεία του Κυρίου και των προφητών Μωϋσή και Ηλία.

Όπως στην αρχική νηστεία πριν από το Πάσχα, έτσι και στη νηστεία της Τεσσαρακοστής υπήρχε μεγάλη ποικιλία από τόπο σε τόπο μέχρι την οριστική διαμόρφωση της. Διαφορές υπήρχαν και στον υπολογισμό της χρονικής διάρκειας της και στον τρόπο, με τον οποίο οι χριστιανοί τηρούσαν τη νηστεία.

Αυτό όμως πού με ασφάλεια μπορούμε να υποστηρίξουμε είναι ότι ανέκαθεν η νηστεία της Τεσσαρακοστής ήταν πολύ αυστηρή νηστεία. Ο 69ος Κανών των Αγίων Απόστολων απειλεί με καθαίρεση τους κληρικούς και με αφορισμό τους λαϊκούς, πού δεν νηστεύουν «την αγίαν Τεσσαρακοστήν του Πάσχα». Σύμφωνα με τον 50ο Κανόνα της τοπικής Συνόδου της Λαοδικείας (συγκλήθηκε γύρω στο 360 μ.Χ.) «δει πάσαν την Τεσσαρακοστήν νηστεύειν ξηροφαγούντες». Οι ερμηνευτές των κανόνων (Ζωναράς και Βαλσαμών), αναφέρουν ότι «οι γουν άνευ νοσήματος...

νηστεύοντες παρανομούσι».

Τώρα ως προς τα είδη τροφών και ποτών, από τα οποία έπρεπε οι χριστιανοί να απέχουν, η αρχή πού, από ενωρίς, επικράτησε ήταν ότι οι νηστεύοντες οφείλουν να απέχουν από τροφές εξ αίματος (κρέας – ψάρια), από τροφές ζωικής προελεύσεως (γαλακτοκομικά προϊόντα και αυγά) και από τον οίνο. Ο τύπος νηστείας για όλη την Τεσσαρακοστή ήταν να παραμένουν οι χριστιανοί άσιτοι μέχρι την ενάτη ώρα (3 μ.μ) και να απέχουν από τις τροφές πού αναφέραμε κατά το γεύμα.

Το όνομα Τεσσαρακοστή που προσέλαβε η προ του Πάσχα μακρά περίοδος νηστείας, συνδέεται σίγουρα με τον αριθμό των σαράντα ημερών νηστείας που η περίοδος περιλαμβάνει. Οι Αποστολικές Διαταγές συνιστώντας τον εορτασμό διαφόρων χριστιανικών εορτών, προσθέτουν: «Μεθ' ημάς υμίν φυλακτέα η νηστεία της Τεσσαρακοστής, μνήμην περιέχουσα της του Κυρίου πολιτείας τε και νομοθεσίας».

Ότι το όνομα Τεσσαρακοστή σχετίζεται με τον αριθμό των σαράντα ημερών νηστείας, φαίνεται και από τα όσα μας λένε οι Αποστολικές Διαταγές στη συνέχεια: «Επιτελείσθω δε η νηστεία αυτή προ της νηστείας του Πάσχα (προφανώς εννοούν τη νηστεία της Μεγάλης Εβδομάδας), αρχομένη μεν από Δευτέρας (της Καθαρός δηλαδή), πληρουμένη δε εις Παρασκευήν (την παραμονή του Σαββάτου του Λαζάρου).

Μεθ' ας (τις σαράντα ημέρες της Τεσσαρακοστής) απονηστεύσαντες άρξασθε της αγίας του Πάσχα εβδομάδος, νηστεύοντες αυτήν πάντες μετά φόβου και τρόμου». Η Τεσσαρακοστή πολύ ενωρίς ονομάστηκε Μεγάλη. Ο χαρακτηρισμός αυτός της αποδόθηκε όχι μόνο για να διακρίνεται από τις άλλες μακρές νηστείες του έτους, αλλά και για να τονιστεί ιδιαίτερα η σημασία της. Η αυστηρότητα της νηστείας και γενικότερα της άσκησης πού προϋποθέτει και ο σκοπός χάρη του οποίου καθιερώθηκε, σηματοδοτεί την πνευματική μας προετοιμασία, ώστε να βιώσουμε την κορυφαία εορτή της χριστιανοσύνης, του Πάσχα.

Πώς πρέπει να νηστεύουμε σήμερα τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή;

Όπως αναφέραμε ήδη, η νηστεία της Μεγάλης Τεσσαρακοστής ήταν από την αρχή ιδιαίτερα αυστηρή. Με ανάλογη αγωνιστική διάθεση επιδιώκουμε εμείς, οι Ορθόδοξοι χριστιανοί, να την τηρούμε και τη σημερινή εποχή της αφθονίας και του καταναλωτισμού.

Πρώτη ή αλλιώς Καθαρά Εβδομάδα.

Πολλοί —και όχι μόνο μοναχοί— τηρούν το λεγόμενο «τριήμερο» απέχουν δηλαδή από κάθε είδος τροφής κατά τις τρεις πρώτες ημέρες και κοινωνούν κατά την πρώτη λειτουργία των Προηγιασμένων. Άλλοι παραμένουν άσιτοι μέχρι την ώρα του Μεγάλου Απόδειπνου.

Με τον ίδιο περίπου τρόπο οφείλουμε να νηστεύουμε και το άλλο διάστημα της Τεσσαρακοστής. Αν θέλουμε να είμαστε ακριβείς και σύμφωνα με το πνεύμα της νηστείας, οφείλουμε να απέχουμε από λάδι όλες τις ημέρες της εβδομάδας και όχι μόνο την Τετάρτη και την Παρασκευή.

Κατά τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή, σύμφωνα με τους Κανόνες, λάδι καταλύουμε (= μπορούμε να καταναλώσουμε) μόνο το Σάββατο και την Κυριακή. Αν ορισμένοι τώρα καταλύουν λάδι και άλλες ημέρες (Δευτέρα, Τρίτη, Πέμπτη), αυτό θα πρέπει να γίνεται μόνο για λόγους αδυναμίας («δι' ασθένειαν σωματικήν», όπως λέει ο 69ος Αποστολικός Κανών και επαναλαμβάνεται στον 50ο της Συνόδου της Λαοδικείας και επικυρώνεται στον 28ο της Πενθέκτης Οικουμενικής Συνόδου. Όλα αυτά όμως πρέπει να γίνεται μετά από έγκριση του Πνευματικού τους.

Όπως αναφέραμε, κατά τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή ανεμπόδιστα και υποχρεωτικά κατάλυση οίνου και ελαίου έχουμε μόνο τα Σάββατα και τις Κυριακές. Εξαίρεση επίσης γίνεται για την εορτή των αγίων Τεσσαράκοντα Μαρτύρων, κατά την οποία επιτρέπεται η κατάλυση οίνου και ελαίου και για την εορτή του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου κατά την οποία καταλύουμε ψάρι.

Σε ό,τι αφορά την κατάλυση ιχθύων κατά την Κυριακή των Βαΐων, μερικά μοναστηριακά Τυπικά, το Τριώδιο και ο άγιος Θεόδωρος ο Στουδίτης συνιστούν την κατάλυση ιχθύων, κατά πρώτο λόγο για τη λήξη της νηστείας (η νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής λήγει το βράδυ της Παρασκευής πριν από το Σαββάτου του Λαζάρου) και κατά δεύτερο λόγο για να τιμηθεί η θριαμβευτική νίκη του Χριστού επί του προαιώνιου εχθρού του ανθρώπου, του θανάτου, με την ανάσταση του Λαζάρου. Έτσι η Κυριακή των Βαΐων λογίζεται ως Δεσποτική εορτή.

Την Μεγάλη Εβδομάδα η νηστεία έχει έναν ιδιαίτερο αυστηρό τόνο. Είναι και αυτή αρχαιότατη και αποτελεί ένα ιδιαίτερο τμήμα της νηστείας της Μεγάλης Σαρακοστής. Όλες τις ημέρες απέχουμε από λάδι και τηρούμε ξηροφαγία. Ακόμη και το Μέγα Σάββατο, είναι ημέρα αυστηρής νηστείας και είναι το μοναδικό Σάββατο του έτους που νηστεύεται.

Ας προετοιμαστούμε λοιπόν σωματικά και πνευματικά, ώστε να υποδεχτούμε όλοι μας την Ανάσταση του Χριστού μας.

Πηγή: inpantanassis.blogspot.gr