

Χριστιανική πίστη, άσκηση και μοναστηριακή κοινότητα

/ [Πεμπτουσία· Ορθοδοξία-Πολιτισμός-Επιστήμες](#)



Οι Πατέρες μας δίδαξαν διάφορους τρόπους νηστείας και άσκησης. Όπως όμως ο Νικολαΐδης δηλώνει: Μας παρέδωσαν ένα σκοπό, να αποφεύγουμε την αφθονία, τον χορτασμό της κοιλίας χωρίς να μας παραδώσουν ούτε

ένα κανόνα νηστείας, ούτε ένα τρόπο μετάληψης της τροφής, ούτε και το ίδιο μέτρο σε όλους, επειδή δεν έχουν όλοι την ίδια δύναμη εξαιτίας της ηλικίας, της αρρώστιας ή της συνήθειας καλομαθημένου σώματος.¹⁵¹

Στο δρόμο της χριστιανικής πίστης, η πρόληψη τροφής σύμφωνα με τους κανόνες της Εκκλησίας για νηστεία και άσκηση, είναι μετοχή σε μια κοινή εμπειρία χρήσης των αγαθών, εμπειρία κοινωνίας και σχέσης και όχι τρόπος ατομικής επιβίωσης.¹⁵² Στο δοξαστικό αίνων της Ε' Κυριακής των νηστειών διαβάζουμε ότι: [\[1\]](#) [\[2\]](#) [\[3\]](#) [\[4\]](#) «ουκ έστιν η βασιλεία του Θεού βρώσις και πόσις, αλλά δικαιοσύνη και άσκησις συν αγιασμό».¹⁵³

Σύμφωνα με τον Άγιο Ι. Χρυσόστομο, «η νηστεία δεν είναι ούτε καλή ούτε κακή καθαυτή, γίνεται όμως ένα από τα δύο, ανάλογα με τη διάθεση και την εκλογή των νηστευόντων»¹⁵⁴ (Περί παρθενίας Δ', PG 48, 536) και «η ευτέλεια και η λιτή τράπεζα, υγείας μήτηρ εστί. Το τε ενδεώς εστιάσθαι, μητέρα υγείας ειπόντος. Ει δε ένδεια η ένδεια μήτηρ υγείας, εύδηλον ότι η πλησμονή (αφθονία) μήτηρ νόσου και αρρωστίας εστί, και τίκτει πάθη και αυτών υπερβαίνοντα των ιατρών την τέχνην».¹⁵⁵ Συνεχίζει τις διδαχές του λέγοντας: «Καταφρόνησον ανέσεως και τότε αυτή λήψη ίνα λαβών, μη ως δέσμιος λάβης, μηδέ ως δούλος, αλλ' ως ελεύθερος»¹⁵⁶ (Ομιλία εις Εβρ. 25,2 PG 63,174), ενώ κατά τον Μ. Βασίλειο η πορεία προς τον Θεό διέρχεται μέσα από την απάρνηση των εγκόσμιων αγαθών, δηλαδή την «αποταγή». Επισημαίνει χαρακτηριστικά: «έστιν ουν αποταγή ... λύσις μεν των δεσμών της υλικής ταύτης και προσκαίρου ζωής, ελευθερία δε των ανθρωπίνων καθηκόντων επιτηδειότερους κατασκευάζουσα προς το απάρξασθαι της προς Θεόν οδού». (Όροι κατά πλάτος, PG31, 940 BC). Η απόρριψη του περιττού και η άρνηση συμβιβασμού προς τις σύγχρονες σειρήνες που οδηγούν στον καταναλωτισμό διέπουν το ασκητικό ήθος. Οι λόγοι του Αποστόλου Παύλου: «ΈΈχοντας διατροφάς και σκεπάσματα, τούτοις αρκεσθυσόμεθα», αν και ακούγονται υπερβολικοί, φανερώνουν με χαρακτηριστικό τρόπο τον ασκητικό τρόπο χρήσης των υλικών αγαθών. (Α' Τιμ. στ', 8).

Ιδιαίτερος τόπος άσκησης σε μόνιμη κλίμακα αποτελούσε και συνεχίζει στις στην εποχή μας να αποτελεί η μοναστηριακή κοινότητα. Ο βίος στο μοναστήρι περιγράφεται ως βίος αγγελικός. Οι μοναχοί ευχαριστούν θερμά τον Θεό για κάθε δωρεά και ευλογία, σεβόμενοι την κτίση. Η ζωή εντός της μοναστηριακής κοινότητας βοηθά τον μοναχό να γίνει ανοικτός προς τον κόσμο και τον Θεό. Έρχεται σε [\[5\]](#) [\[6\]](#) [\[7\]](#) [\[8\]](#) [\[9\]](#) [\[10\]](#) άρρηκτη αγαπητική σχέση μαζί Του, βαδίζοντας στο «καθ' ομοίωσιν», στην τελείωσή του και στην θέωση. Δείχνει άπειρο έλεος προς το φυσικό περιβάλλον του και προσπαθεί να μετατρέψει όλο τον κόσμο σε Εκκλησία. Με τον τρόπο ασκήσεώς του ο μοναχός προβαίνει σε αντικαταναλωτική χρήση του

κόσμου, διότι χρησιμοποιεί μόνον ό,τι έχει ανάγκη και, ανάλογα με το στάδιο της πνευματικής προόδου του, σώζει και τον άνθρωπο και τον κόσμο. Τίποτα περιττό δεν υπάρχει στην τροφή και την ένδυσή του που να υπερβαίνει τα όρια του αναγκαίου. Κατανοεί σε μείζονα βαθμό το μέτρο της εγκράτειας του Μ. Βασιλείου, ο οποίος είναι ο πρώτος νομοθέτης και ιδρυτής της κοινοβιακής ζωής: «Εγκρατεία δε ο κάλλιστος όρος και κανών ούτος έστω, το μήτε προς τρυφήν, μήτε προς κακοπάθειαν της σαρκός βλέπειν, αλλά φεύγειν εν εκατέρω τη αμετρίαν, ίνα μήτε πολυσαρκούσα ταράσσεται, μήτε, νοσώδης γενομένη, αδύνατη προς την των εντολών εργασίαν»¹⁵⁹ (Μ. Βασιλείου, Λόγος Ασκητικός 3, PG31, 876D).

Τα μοναστήρια πάντοτε αποτελούσαν πρότυπα ευαγγελικού και αδελφικού βίου. Συνεχίζουν διαχρονικά να είναι τόποι, όπου κάποιος βιώνει την αρμονική σχέση με το περιβάλλον, τόποι όπου προτυπώνεται η Βασιλεία του Θεού. Οι μοναχοί, ζώντας εντός της κοινότητας του μοναστηριού, χαρακτηρίζονται από θείο σεβασμό και δικαιοσύνη, από στοργική μέριμνα και αγάπη για τη διατήρηση της φυσικής ισορροπίας και αρμονίας, προσπαθώντας με τις προσευχές τους να μεταμορφώσουν όλο τον κόσμο σε Εκκλησία. Ιδανικό παράδειγμα αποτελεί ο τόπος ασκήσεως του Αγίου Όρους.¹⁶⁰

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ

[1] Μπαλατσούκας, 1996, σ. 69.

[2] Σέρραρντ, 2008, σ. 49.

[3] Νικολαΐδης, 1990, σ. 19.

[4] Γιανναράς, 1989, σ. 82.

[5] Νικολαΐδης, 1990, σ. 50.

[6] Νικολαΐδης, 1990, σ. 18-19.

[7] Νικολαΐδης, 1990, σ. 30.

[8] Νικολαΐδης, 1990, σ. 14.

[9] Νικολαΐδης, 1990, σ. 38.

[10] Μπαλατσούκας, 1996, σ. 127.

κειμένου που κατατέθηκε ως διπλωματική εργασία στη Σχολή Ανθρωπιστικών Σπουδών του Ελληνικού Ανοικτού Πανεπιστημίου με επιβλέποντα καθηγητή τον Χρήστο Τερέζη και αξιολογητές τους Νικόλαο Κόϊο και Βασίλειο Φανάρα.