

Αρχιεπίσκοπος Κύπρου Γεώργιος: Περί Νηστείας

/ Γενικά Θέματα / Ειδήσεις και Ανακοινώσεις



Ἡ νηστεία εἶναι ἱερός θεσμός πού ἀπαντᾶται συχνά στό ἐκκλησιαστικό ἡμερολόγιο τῆς Ὁρθοδόξου Ἐκκλησίας. Συναντᾶται, μέ διάφορες μορφές καί διαφορετική συχνότητα, τόσο στίς ἄλλες χριστιανικές ὁμολογίες, ὅσο καί σέ ἄλλες θρησκείες.

- **Μακαριωτάτου Ἀρχιεπισκόπου Κύπρου κ.κ. Γεωργίου**

Στήν Ὁρθόδοξη Ἐκκλησία, ὡστόσο, παρά τήν ἱερότητά του, ὁ θεσμός εἶναι πολλές φορές παρεξηγημένος, τόσο ἀπό αὐτούς πού νηστεύουν, ὅσο καί ἀπό αὐτούς πού δέν νηστεύουν.

Αὐτοί πού δέν νηστεύουν θεωροῦν τόν θεσμό τῆς νηστείας ἀνωφελῆ καί ἀχρείαστο. Αὐτοί ἔχουν λύσει τό πρόβλημα, ἀφοῦ κατάργησαν τή νηστεία. Τό σημεῖο μέχρι τοῦ ὁποίου ἔχει καταργηθεῖ ἡ νηστεία μπορούμε νά τό καταλάβουμε μ' ἕναν περίπατο τήν Καθαρά Δευτέρα στους ἀγρούς. Εἶναι ἔντονη καί τήν ἡμέρα αὐτή, μέρα ἀπόλυτης νηστείας, ἡ μυρωδιά ψηνομένων κρεάτων. Οἱ ἄνθρωποι πού ὑπάγονται στήν κατηγορία αὐτή δέν διαβλέπουν κανένα σκοπό, καμμιά σκοπιμότητα στή νηστεία. Ἄν τούς μιλήσεις γιά νηστεία εἰσπράσσεις μειδιάματα

συγκατάβασης ή ειρωνείας.

Μά κι οί περισσότεροι απ' αυτούς πού νηστεύουν νομίζουν πώς μέ τήν πράξη αυτή εύχαριστεΐται ό Θεός απλώς και μόνον διότι δέν έφαγαν από τό ένα ή τό άλλο είδος φαγητού. Στο βάθος, δηλαδή, τής σκέψης τους ύπάρχει μία αντίληψη, πού δέν είναι χριστιανική, αλλά και πού είχε έμφανισθει πολύ νωρίς μεταξύ τών Χριστιανών. Πρόκειται για τήν αντίληψη ότι μερικά φαγητά μολύνουν ήθικά τόν άνθρωπο και πρέπει νά αποφεύγονται, είτε πάντα, είτε κατά όρισμένες περιόδους, από όλους εκείνους πού θέλουν νά είναι εύαρεστοι εις τόν Κύριο. Η αντίληψη αυτή ύπήρχε και ύπάρχει ακόμα σ' άλλες θρησκείες (π.χ. στους Έβραίους και Μουσουλμάνους πού αποφεύγουν τό χοιρινό κρέας). Μόλις όμως έμφανίστηκε και μεταξύ τών Χριστιανών (από επίδραση προφανώς του Ιουδαϊσμού), οί Απόστολοι έσπευσαν νά τήν αποδοκιμάσουν, νά τήν χαρακτηρίσουν ως αίρεσιν και «διδασκαλίαν δαιμονίων» (Α' Τιμ. δ', 1). Σέ σχετική περίπτωση, διατύπωσε ό Χριστός τή διδασκαλία του ως προς τό τί μολύνει τόν άνθρωπο. Εΐπε ό Χριστός πώς ή τροφή αυτή καθ' έαυτήν δέν άσκει καμμιά ήθική επίδραση στον άνθρωπο· γιατί από τό στόμα προχωρεί στά πεπτικά όργανα για νά κρατήσει ό οργανισμός ό,τι του είναι χρήσιμο για τή συντήρησή του και αποβάλλει κατόπιν ό,τι δέν του χρειάζεται. Έπομένως ό,τι εισέρχεται στο στόμα δέν μολύνει τόν άνθρωπο. Έκείνο πού μολύνει τόν άνθρωπο, έΐπε ό Χριστός, είναι ό,τι έξέρχεται από τό στόμα, άφοϋ προέρχεται από τήν καρδιά, τή σκέψη και τό πνεϋμα του. Διότι από τήν καρδιά προέρχονται οί πονηροί διαλογισμοί, οί φόνοι, οί άκολασίες, οί κλοπές, οί βλασφημίες και τά παρόμοια πού μολύνουν τήν ψυχή του ανθρώπου.

Δέν έχει, λοιπόν, αυτό τό νόημα ή νηστεία. Δέν είναι άποχή από όρισμένα είδη τροφών γιατί οί τροφές αυτές είναι μολυσμένες. Τόν σκοπό τής νηστείας θά τόν δοϋμε μέσα από τήν πράξη τής Έκκλησίας και μέσα από μερικά γεγονότα όπως περιγράφονται στην Άγία Γραφή.

Α) Η νηστεία πρώτα απ' όλα επιδιώκει τήν ύποταγή τής ύλης στις άπαιτήσεις του πνεύματος. Δέν μάχεται τήν ίδια τήν ύλη, αλλά τήν άνταρσία τής ύλικής άτομικότητας, τήν έπαναστατημένη όρμη τής άυθυπαρξίας. Έχει σαν σκοπό τήν καταπολέμηση τών παθών και όχι του σώματος. Είναι παθοκτόνος και όχι σωματοκτόνος. Πολλές φορές ή έπαναστατημένη ύλική φύσις μας άντιστρατεύεται τό πνεϋμα. Γι' αυτό λέει ό Μ. Βασίλειος «εί θέλεις ισχυρόν ποιήσαι τόν νοϋν, δάμασον διά νηστείας τήν σάρκα». Αυτό τό νόημα έχουν και τά λόγια του Άπ. Παύλου «ύποπιάζω μου τό σϋμα και δουλαγωγώ». Έξ άλλου, λέει ό Άπ. Παϋλος «όσον ό έξω ήμϋν άνθρωπος διαφθείρεται, τόσον ό έσωθεν ανακαινοϋται».

Τό νά στεροϋμε τό έγϋ μας από τήν ικανοποίηση όρισμένων επιθυμιών του, είναι

μία άσκηση καί γυμνασία άπαραίτητη γιά τόν άγώνα τοῦ άνθρώπου έναντίον τοῦ κακοῦ. Ἡ νηστεία δέν εἶναι έκδήλωση άρνησης τῆς ζωῆς ἢ τῶν ικανοποιήσεων της. Εἶναι μόνο προσωρινή στέρηση μέ σκοπό τήν άσκηση τοῦ ἐγῶ, τήν κάθαρση, τήν ένδυνάμωσή του γιά ψηλότερες καί οὔσιαστικότερες κατακτήσεις καί ικανοποιήσεις μέσα στή ζωή. Ἡ νηστεία δέν εἶναι άρνηση, εἶναι θέση. Μόνον ὡς θέση ἡ νηστεία ἔχει χριστιανικό χαρακτήρα. Μ' αὐτήν ὁ Χριστιανός άσκεῖται ὥστε νά μήν ὑποκύπτει στό πρῶτο δέλεαρ τοῦ κόσμου, νά εἶναι ἔτοιμος σάν στρατιώτης τοῦ Χριστοῦ νά πολεμήσει κατά τῆς δυνάμεως τοῦ πονηροῦ. Άσκούμαστε μέ τό νά λέμε ὄχι στήν ἐπιθυμία μας γιά κάποιο φαγητό. Ἔτσι ὅταν ἔρθει κι ὁ πραγματικός πειρασμός από τόν πονηρό, νά λέμε ὄχι.

Οὔτε καί αὐτοσκοπός εἶναι ἡ νηστεία. Σκοπεῖ στήν ἐξάσκησή μας στήν ἐγκράτεια γιά νά 'μαστε ἔτοιμοι νά άντιταχθοῦμε στόν πονηρό. Ὅπως μία στρατιωτική μονάδα ὅταν κάμνει άσκήσεις δέν ἔχει σάν άντικειμενικό σκοπό τήν κατάκτηση τοῦ στόχου πού ἄμεσα προβάλλεται από τήν άσκηση, ἀλλά τή γενικότερη ἔτοιμότητα γιά τίς μάχες πού τυχόν θά διεξαγάγει στό μέλλον μέ τόν ἐχθρό, ἔτσι κι ἡ νηστεία κι οἱ ἄλλες πνευματικές άσκήσεις εἶναι τά μέσα πού ὡς άντικειμενικό σκοπό ἔχουν τή γενικότερη ἐγκράτεια. Ἄν, ἐπομένως, μπορούμε νά νηστεύουμε, μπορούμε δηλαδή νά συγκρατήσουμε τήν πίεση πού ἐξασκοῦν τά γευστικά μας ὄργανα πάνω στή θέλησή μας, ἀλλά αφήνουμε ἀχαλίνωτη τή γλώσσα μας γιά κατηγορίες καί καταλαλιές, ἢ τίς ἄλλες αἰσθήσεις άνεξέλεγκτες, τότε πιθανόν νά κερδίζουμε στή συγκεκριμένη άσκηση τῆς νηστείας, ἀλλά ἡττώμαστε στίς ἄλλες, τίς ἀληθινές μάχες πρός τόν ἐχθρό. Καί θά συμφωνεῖτε ὅλοι πῶς θά 'ταν προτιμότερο νά συνέβαινε ἀκριβῶς τό αντίθετο. Δηλαδή ἄς μή νηστεύαμε (ἄς ἀποτυγχάναμε δηλαδή στήν άσκηση) κι ἄς ἦταν ἡ ἄλλη ζωή μας χριστιανική, ἄς νικούσαμε δηλαδή στίς πραγματικές μάχες.

Ἡ θρησκεία μας δέν εἶναι μία ὑλιστική έκδήλωση. Ἡ σχέση μεταξύ Θεοῦ καί άνθρώπων δέν ὑποβιβάζεται σέ μιάν παχυλή ἐκτίμηση φαγητῶν καί ποτῶν. Ὑπάρχει ἡ διάταξη τῆς νηστείας, ἀλλά μόνη της εἶναι ἀνωφελής. Συνδυάζεται μέ τίς ἄλλες ἀρετές γιά νά εἶναι εὐάρεστη στόν Θεό. Διαφορετικά θά 'ταν μία δίαιτα πού θά μπορούσε νά γίνει καί γιά ἄλλους σκοπούς. Ἐνα τροπάριο τῆς Καθαρᾶς Δευτέρας λέγει χαρακτηριστικά: «Άληθῆς νηστεία (εἶναι) ἡ τῶν κακῶν ἀλλοτριώσεις, ἐγκράτεια γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμός, καταλαλιᾶς, ψεύδους καί ἐπιπορκίας· ἡ τούτων ἔνδεια νηστεία ἐστίν ἀληθῆς καί εὐπρόσδεκτος».

Τό ὅτι τέτοιο εἶναι τό νόημα τῆς χριστιανικῆς νηστείας φαίνεται κι από τίς διατάξεις πού τήν διέπουν:

α) Στους άρρώστους έπιτρέπεται ή κατάλυση, ή άθétηση τής νηστείας. Θά 'ταν σωματοκτόνος καί όχι παθοκτόνος σ' αύτή τήν περίπτωση ή νηστεία.

β) Καταδικάζεται καί ή ύπέρμετρη άσκηση, γιατί θά έξασθενούσε τό σώμα καί θά κατατρυχόταν ή ψυχή. Άρρώστιες τοϋ σώματος ταλαιπωροϋν καί τήν ψυχή, άφοϋ ό άνθρωπος είναι ένιαία ψυχοσωματική όντότητα. Κι άφοϋ σκοπός τής νηστείας είναι ή ύποβοήθηση τής ψυχής, είναι φυσικό νά άποφεύγεται καθετί πού θά όδηγοϋσε σέ αντίθετο άποτέλεσμα.

γ) Δέν παραβλέπεται, ύστερα, καί τό γεγονός πώς ό άνθρωπος έχει ανάγκη όρισμένων συστατικών τά όποία δέν μπορεί νά στερηθεϊ για μεγάλες περιόδους. Χρειαζόμαστε π.χ. καί ζωϊκές πρωτεΐνες, γιατί ό όργανισμός μας δέν μπορεί νά συνθέσει κάποια άμινοξέα καί θά πρέπει νά τά πάρει έτοιμα από ζωϊκές τροφές. Έτσι στίς περιόδους τών νηστειών έπιτρέπονται καί όρισμένα θαλάσσια είδη (χταπόδια, καλαμάρια, σουπιές) πού έφοδιάζουν τόν άνθρωπο μέ τίς πρωτεΐνες αυτές. Είπαμε ή νηστεία είναι μόνον παθοκτόνος.

δ) Μέσα σ' αύτά τά πλαίσια καί μέσα στά όρια τής γενικότερης έγκράτειας τοποθετείται καί τό γεγονός ότι από μερικά συγγενικά είδη, τό ένα έπιτρέπεται καί τό άλλο άπαγορεύεται σέ καιρούς νηστείας. Έπιτρέπονται π.χ. οί έλιές καί άπαγορεύεται κάποτε τό λάδι. Ή έπιτρέπεται ό ταραμάς κι άπαγορεύεται τό ψάρι. Είναι γιατί μέ τό λάδι μπορείς νά κάμεις ποικιλία φαγητών (άρα δέν έξασκεΐς έγκράτεια όσην επιβάλλεται στίς μέρες πού άπαγορεύεται ή χρήση του) ένω οί έλιές θά καταναλωθοϋν ως έλιές. Τό ίδιο καί μέ τό ψάρι καί τόν ταραμά.

ε) Έτσι εξηγείται τό γιατί καταδικάζεται, καί δέν θεωρείται νηστεία, ή χρησιμοποίηση άκριβοτάτων καί γευστικοτάτων φαγητών, έστω καί νηστήσιμων, στίς περιόδους τής νηστείας. Θά 'ταν αντίφαση στίς πράξεις μας αν άποφεύγαμε τή μαρίδα καί τρώγαμε γαρίδες. Ή αν άποφεύγαμε τίς σαρδέλλες καί τρώγαμε χαβιάρι. Τό βαθύτερο νόημα τής νηστείας είναι ή έξάσκησή μας στήν έγκράτεια. Στίς μέρες τής νηστείας θά πρέπει τά φαγητά μας νά είναι λιτά καί άπλά για νά στηρίζουν τό σώμα μας στήν εργασία κι όχι για νά μάς εύχαριστοϋν ως έδέσματα. Ή έθελούσια στέρηση τής εύχαρίστησης από φαγητό άποτελεϊ τήν έξάσκησή μας στήν έγκράτεια. Αν ή νηστεία συνιστά άπλως ποικιλία στό έδεσματολόγιό μας καί τά νηστήσιμα φαγητά μας συνοδεϋονται μέ όλα τά σχετικά καρυκεύματα, τότε ή νηστεία μας χάνει κάθε νόημα έγκράτειας. Έξάλλου άπλά καί φτηνά φαγητά στίς περιόδους νηστείας μάς έξοικονομοϋν χρήματα πρός έξάσκηση καί τής άρετής τής έλεημοσύνης, τής βοήθειας πρός τούς έχοντας ανάγκη, άρετής πού έντείνεται σέ περιόδους νηστείας.

Κι άφοϋ αυτό τό νόημα έχει ή νηστεία είναι φυσικό νά καταδικάζεται από τόν Θεό σάν άνωφελής ή άπλή άποχή από τά φαγητά. Γι' αυτό και ό Φαρισαϊός παρ' όλο ότι νήστευε «δίς τοϋ Σαββάτου» κατακρίθηκε.

Β) Η νηστεία στην Παλαιά Διαθήκη, αλλά και σήμερα, είχε και έχει και τήν έννοια τής μετάνοιας, τής συντριβής μπροστά στό θέλημα τοϋ Θεοϋ. Όταν οί προφήτες καλοϋν τόν λαό νά μετανοήσει, τόν προτρέπουν σέ νηστεία. Καί ή ήμέρα τοϋ Έξιλασμοϋ, ήμέρα μετάνοιας, ήταν ήμέρα άσιτίας. Όταν ό Ίωνάς στάλθηκε στή Νινευή για νά κηρύξει μετάνοια, διάταξε πρώτα - πρώτα νηστεία στους κατοίκους της. Γράφει ή Παλαιά Διαθήκη πώς «έπίστευσαν οί άνδρες Νινευή και έκήρυξαν νηστείαν και ένεδύσαντο σάκκους». Ό ίδιος ό βασιλιάς τής Νινευή σέ ένδειξη μετάνοιας διέταξε: «Οί άνθρωποι και τά κτήνη και οί βόες και τά πρόβατα μή γευσάσθωσαν, μηδέ νεμέσθωσαν, μηδέ ύδωρ πιέτωσαν».

Μετάνοια και ταπείνωση, λοιπόν, είναι ό άλλος σκοπός τής νηστείας. Ταπεινωόμαστε μέ τό νά δεχόμαστε έντολές από άλλον. Όταν είμαστε αυτόνομοι κάνουμε ό,τι θέλουμε. Έδω δεχόμαστε τήν έντολή τής νηστείας από τόν Θεό, δηλώνουμε δηλαδή ότι έχουμε Κύριον, δέν είμαστε αυτόνομοι. Γι' αυτό και οί νηστείες τοποθετοϋνται πριν από μεγάλες γιορτές και μεγάλα γεγονότα. Πριν από τά Χριστούγεννα και τό Πάσχα. Σέ συνδυασμό μέ τίς άλλες άρετές πού θά πρέπει νά τήν συνοδεϋουν, ή νηστεία έχει σκοπό νά μάς οδηγήσει στον άξιο έορτασμό τών γεγονότων αυτών. Ιδιαίτερα ή νηστεία τής Μ. Τεσσαρακοστής, ή καθ' αυτό νηστεία τών Χριστιανών, είναι μία κίνηση ολοκληρωτικής άφιέρωσης στον Θεό. Οί Έβραϊοι είχαν μίαν εύσεβή συνήθεια πού καταγράφηκε άργότερα στις διατάξεις τοϋ Νόμου: Αφιέρωναν τό 1/10 τών είσοδημάτων τους στον ναό. Από αυτό συντηροϋνταν οί λευίτες, οί χήρες και τά όρφανά. Έμείς οί Χριστιανοί, ό νέος Ίσραήλ τής Χάριτος, κάνουμε κάτι πολύ πιό ούσιαστικό. Αφιερώνουμε στον Θεό τό 1/10 τής ζωής μας, τό 1/10 κάθε χρονιάς. 365 μέρες έχει ό χρόνος, τό 1/10 του είναι 36,5 μέρες και για τό στρογγύλευμα: 40. Αυτό λοιπόν είναι τό δεύτερο νόημα τής νηστείας. Νόημα ολοκληρωτικής άφιέρωσης, μετάνοιας και συντριβής μπροστά στον Θεό, άναγνώριση τής κυριότητάς Του στή ζωή μας.

Όταν έπρόκειτο νά παρουσιαστεί ό Θεός «έν γνώφω και θυέλλη και άστραπαίς και βρονταίς» στό Σινά, οί Έβραϊοι διατάχτηκαν νά τηρήσουν τριήμερη νηστεία. Νά νιώσουν, νά συναισθανθοϋν τή σοβαρότητα εκείνης τής Θεοφάνειας. Η Θεοφάνεια στή Βηθλεέμ, κατά τή γέννηση τοϋ Χριστοϋ ή στον Γολγοθά, όμως, είναι άσύγκριτα ψηλότερη από τή Θεοφάνεια στό Σινά και πρέπει μέ νηστεία νά προετοιμαστεί για νά τήν δεχτεί ό νέος Ίσραήλ, ό λαός τοϋ Θεοϋ. Ταπεινώνεται ό ίδιος ό Θεός και φτάνει για τή δική μας σωτηρία νά γίνει άνθρωπος όμοιος μ'

ἐμᾶς, ἢ νά ἀνεβεῖ γιά χάριν μας στόν Σταυρό. Ἄς ἀναγνωρίσουμε τήν εὐεργεσία κι ἄς ταπεινωθοῦμε μπροστά του μέ τή νηστεία.

Γ) Ἔχει ὅμως ἡ νηστεία καί κάποιον ἄλλο σκοπό, πού ἴσως νά μὴν περνᾷ ἀπό τόν νοῦ μας. Τονίζει τήν ἐνότητα τῆς Ἐκκλησίας, τήν κοινότητα τῶν Χριστιανῶν. Εἶναι ἡ νηστεία γεγονός Ἐκκλησιαστικό κι ὄχι ἀτομικό. Μέ τή νηστεία καλούμαστε νά ὑπερβοῦμε τά ὅρια τῆς ἀτομικότητάς μας. Τό ἐνστικτο τῆς αὐτοσυντήρησης εἶναι ἀπό τά ἰσχυρότερα στόν ἄνθρωπο. Κι ἡ λήψη τροφῆς ἀπό τόν καθένα μας ἔχει σάν σκοπό τήν ἀναπλήρωση τῶν ἀπωλειῶν καί τήν αὔξηση τοῦ ἀτόμου, εἶναι μία αὐτοσυντήρηση τῆς ἀτομικότητας. Ἔρχεται ὅμως ἡ νηστεία καί καταργεῖ τήν αὐτονομημένη λήψη τροφῆς καί τήν μεταβάλλει σέ ὑπακοή στό κοινό θέλημα καί στήν κοινή πράξη τῆς Ἐκκλησίας. Ὑποτάσσουμε ἔτσι τίς ἀτομικές μας προτιμήσεις καί ἐπιλογές στούς ἐκκλησιαστικούς κανόνες τῆς νηστείας πού ὀρίζουν τό εἶδος τῆς τροφῆς. Δέν νιώθει πιά ὁ καθένας μας σάν μία ξεχωριστή μονάδα ἀλλά σάν μέλος ἑνός ἐνιαίου συνόλου.

Νηστεύουμε π.χ. κατά τή Μεγάλη Τεσσαρακοστή καί ξέρουμε πώς τό ἴδιο κάνουν ὅλοι οἱ Ὁρθόδοξοι Χριστιανοί στά πέρατα τοῦ κόσμου, στήν Ἀγγλία, στήν Ἀμερική, στήν Ἀφρική, παντοῦ. Ἐρχόμαστε σέ κοινωνία, σέ σχέση μέ τούς ἄλλους Χριστιανούς, τούς ἀδελφούς μας, καί συμβάλλουμε ἔτσι στήν ἐνότητα τοῦ σώματος τοῦ Χριστοῦ. Στίς προηγούμενες ἐποχές, οἱ Χριστιανοί εἶχαν βαθιά συναίσθηση αὐτοῦ τοῦ γεγονότος. Γι' αὐτό κι εἶχαν σάν τρόπο διάκρισης τῶν Χριστιανῶν ἀπό τούς Μουσουλμάνους τήν τήρηση τῶν διατεταγμένων νηστειῶν. Ἔλεγαν -μᾶς ἔμεινε ἡ φράση- πώς αὐτός δέν νηστεύει, εἶναι Τοῦρκος.

Τέτοιο περιεχόμενο δίνει ἡ Ἐκκλησία στή νηστεία. Καί πιστεύω πώς ὕστερα ἀπ' αὐτά πού εἶπαμε δέν θά ὑπάρχει κανένας καλόπιστος πού νά εἰρωνεύεται αὐτόν τόν θεσμό ἢ νά ἀμφιβάλλει γιά τήν ἀξία του. Ἡ ζωὴ τῆς Ἐκκλησίας εἶναι ζωὴ ἄσκησης καί νηστείας. Ὁ ἴδιος ὁ Χριστός μετὰ τή βάπτισή Του ἀποσύρθηκε στήν ἔρημο καί νήστεψε γιά σαράντα μέρες πολεμώντας, μέ τόν τρόπο αὐτό, τόν διάβολο. Δι' αὐτῆς λέει ἡ ὑμνολογία «Μωσῆς Θεόπτης ἐχρημάτισεν. Ἡλίας νηστεύσας, οὐρανοῦς ἀπέκλεισε. Τρεῖς δέ Παῖδες Ἀβραμιᾶι, τύραννον παρανομοῦντα, διά νηστείας ἐνίκησαν». Μιλώντας ὁ Χριστός κάποτε στούς ἀποστόλους κι ἀπαντώντας σέ ἐρώτησή τους γιατί αὐτοί δέν μπόρεσαν νά ἐκβάλουν κάποιο δαιμόνιο, τούς εἶπε: «Τοῦτο τό γένος οὐκ ἐκπορεύεται, εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καί νηστείᾳ».

Δέν δικαιολογοῦνται, λοιπόν, οὔτε παραγνώριση, οὔτε γέλωτες, οὔτε εἰρωνεῖες γιά τή νηστεία. Μπορεῖ ἡ εἰρωνεῖα κι ὁ γέλωτας νά ἔναι δικαιολογημένα ὅταν πρόκειται γιά κάποια καρικατούρα νηστείας, ὄχι ὅμως ὅταν πρόκειται γιά τή νηστεία αὐτὴ καθ' ἑαυτή, ὅπως τήν ἐκθέσαμε πιό πάνω κι ὅπως τήν διδάσκει ἡ

Ἐκκλησία.

Ἄς σπεύσουμε, λοιπόν, διά τῆς νηστείας, ἀφοῦ ἔχει τέτοια σπουδαιότητα καί τέτοιο χαρακτήρα, «τά ὄμματα τῆς ψυχῆς καθᾶραι» ιδιαίτερα αὐτή τήν περίοδο, τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, γιά νά μπορέσουμε ἐπάξια νά ἀτενίσουμε Τόν ταπεινωθέντα γιά μᾶς μέχρι σταυροῦ καί ταφῆς καί νά οἰκειοποιηθοῦμε τή λύτρωση πού μᾶς ἐχάρισε μέ τό Πάθος καί τήν Ἀνάστασή Του ὁ Χριστός.

****Το παρόν κείμενο δημοσιεύθηκε στο Περιοδικό “Παρέμβαση Εκκλησιαστική”, τεύχος 57 (Ιανουάριος - Απρίλιος 2024), σελ. 484-489.***