

Η ΑΛΗΘΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑ

"Αμήν λέγω υμίν, ότι απέχουσι τον μισθόν αυτών"

Ό,τι κερδίζουμε και κατορθώνουμε στην αρετή και στην ηθική μας τελείωση, είναι θησαυρός ασύλητος και μάλιστα προσωπικός, αναφαίρετος θησαυρός. Δεν είναι τα "περί ημάς", αλλά "ημείς", ουδέ καν το σώμα και οι αισθήσεις, αλλά η ψυχή μας, η πνευματική εντός μας αξία, η ύπαρξή μας. Αφού, λοιπόν, ο αγώνας που κάνουμε είναι για να ζήσουμε πνευματικά, οφείλουμε να τον κάνουμε σωστά. Π.χ. λέγει ο Κύριος, για να ωφεληθούμε από τη νηστεία, να την κάνουμε με σωστό τρόπο, γιατί όσοι νηστεύουν λάθος "απέχουσι τον μισθόν αυτών" (Ματθ. 6,16). Σήμερα προ των πυλών της Μ. Τεσσαρακοστής θα θέλαμε να δείξουμε κάποιες καταστάσεις που δεν αφήνουν να καρποφορήσει η νηστεία και μας αφαιρούν τον πνευματικό μισθό.

Προϋποθέσεις της νηστείας

Πρώτα πρώτα υπάρχει μια λανθασμένη αντίληψη για το θεσμό της νηστείας. Η νηστεία δεν είναι μόνον αποχή από ορισμένες τροφές, αλλά είναι και ταπείνωση, μετάνοια και εσωτερική συντριβή. Όχι μόνον σωματική κάθαρση με λιτή διαίτα, μα και εσωτερικός πνευματικός ανακαινισμός. Βεβαίως η πρώτη εντολή που έδωσε ο Θεός είναι εντολή νηστείας, από συγκεκριμένη τροφή και η παράβασή της έφερε την έξωση του ανθρώπου από τον Παράδεισο. Ο Μωσής, ο Κύριος, ο Παύλος και οι άγιοι της Εκκλησίας μας νήστευαν. Η νηστεία είναι το μέσον κι όχι ο σκοπός. Ο σκοπός είναι η εγκράτεια και η πνευματική καλλιέργεια του ανθρώπου κι όχι η αυτοδικαίωση. Πολλοί πιστεύουν πως είναι η πρώτη αρετή κι άλλοι φρονούν πως είναι ένας παρεξηγημένος θεσμός, που είναι άχρηστος για την εποχή μας. Πολλοί μάλιστα την ειρωνεύονται και την εμπαίζουν. Δεν εξισώνεται η νηστεία με τη διαίτα, που είναι δύο διαφορετικές καταστάσεις.

Η νηστεία πρέπει να γίνεται με αγαθή διάθεση κι από αγάπη προς τον Θεό κι όχι για να "φανώμεν τοις ανθρώποις νηστεύοντες" (όπ.π.). Ο ιερός Χρυσόστομος γράφει πως εμείς πολλές φορές ξεπεράσαμε και τους υποκριτές. Γνωρίζω, λέγει ο άγιος, πολλούς που δε νηστεύουν, κι άλλους που επιδεικνύονται με την άσκηση της νηστείας. Επίσης ξέρω κι ανθρώπους που ενώ δε νηστεύουν "τα των νηστευόντων προσωπεία περικεινται", ντύνονται δηλ. Τις μάσκες των νηστευτών. Υπάρχουν κι άλλοι ακόμη πιο ασυνεπείς, που ενώ δε νηστεύουν, διδάσκουν τους άλλους για τη νηστεία. Η ανθρωπαρέσκεια δεν έχει θέση στη νηστεία. Κάνουμε νηστεία γιατί συμμετέχουμε στα παθήματα του Χριστού. Ακόμη η νηστεία μας βοηθάει στον αγώνα που κάνουμε εναντίον της αμαρτίας και του διαβόλου. Η δαιμονική ενέργεια δεν αποθραύνεται στον καιρό της νηστείας και επί πλέον "οι φύλακες της ζωής ημών άγγελοι φιλοπονώτερον παραμένουσι τοις δια νηστείας την ψυχήν κεκαθαρμένοις", δηλ. Οι φύλακες άγγελοί μας, λέγει ο Μ. Βασίλειος, με καλύτερη διάθεση παραμένουν σε κείνους που καθαρίζουν την ψυχή τους με νηστεία. Ακόμη ο ίδιος θα προσθέσει πως άγγελοι Θεού καταγράφουν τους νηστεύοντες "καθ' εκάστην Εκκλησίαν". Με τη νηστεία ελκούμε τη χάρη και την προστασία του Θεού. Το γένος των δαιμόνων δε σταματά να πειράζει τους ανθρώπους και δεν εκδιώκεται "εί μή έν προσευχή και νηστεία" (Ματθ. 17,21).

Απαραίτητη η νηστεία

Τώρα που αρχίζει το στάδιο της νηστείας κι ο νους μας είναι στραμμένος στο Πάσχα, καλούμαστε να νηστεύσουμε σωματικά και ψυχικά. "Λύε πάντα σύνδεσμον αδικίας",

γράφει ο Μ. Βασίλειος. Είναι η νηστεία η δεκάτη του χρόνου που οφείλουμε στο Θεό. Η συστολή του ύπνου, της τροφής και των αισθήσεων συντρίβει την καρδιά και μας κάνει να πενθούμε για τα αμαρτήματά μας. Η παράκληση των πενθούντων είναι η ζωντανή επαφή μας με τον Θεό. Τις ημέρες της νηστείας πιθανώς να συναντήσουμε διάφορα εμπόδια, ώστε να μην πραγματοποιηθεί η πνευματική αυτή άσκηση, όπως π.χ. αντεγκλήσεις με το περιβάλλον μας, μνησικακία από μέρους των άλλων και κακότητα. Μολύνονται οι ημέρες της νηστείας με τα πάθη μας. Ας μην πτοηθούμε. Ας αγαπήσουμε τη νηστεία και την εγκράτεια για να έχουμε την ευλογία του Θεού και να περάσουμε με ειρήνη το στάδιο της Μ. Τεσσαρακοστής.

Αρχιμ. Ι. Δ. Φ.

ΤΟ ΕΥΑΓΓΕΛΙΟ ΤΗΣ ΚΥΡΙΑΚΗΣ (Ματθ. ζ' 14-21)

Νηστεία και άφεση παραπτωμάτων

Είπεν ο Κύριος Εάν αφήτε τοις ανθρώποις τα παραπτώματα αυτών, αφήσει και υμίν ο Πατήρ υμών ο ουράνιος εάν δε μη αφήτε τοις ανθρώποις τα παραπτώματα αυτών, ουδέ ο Πατήρ υμών αφήσει τα παραπτώματα υμών. Όταν δε νηστεύητε, μη γίνεσθε ώσπερ οι υποκριταί, σκυθρωποί αφανίζουσι γαρ τα πρόσωπα αυτών, όπως φανώσι τοις ανθρώποις νηστεύοντες. Αμήν λέγω υμίν, ότι απέχουσι τον μισθόν αυτών. Συ δε νηστεύων, άλειψάι σου την κεφαλήν, και το πρόσωπόν σου νίψαι όπως μη φανής τοις ανθρώποις νηστεύων, αλλά τώ Πατρί σου τώ εν τώ κρυπτώ και ο Πατήρ σου ο βλέπων εν τώ κρυπτώ αποδώσει σοι εν τώ φανερώ. Μη θησαυρίζετε υμίν θησαυρούς επί της γης, όπου σής και βρώσις αφανίζει, και όπου κλέπται διορύσσουσι και κλέπτουσι θησαυρίζετε δε υμίν θησαυρούς εν ουρανώ όπου ούτε σής, ούτε βρώσις αφανίζει, και όπου κλέπται ού διορύσσουσιν, ουδέ κλέπτουσιν. Όπου γαρ έστιν ο θησαυρός υμών, εκεί έσται και η καρδιά υμών.

Μετάφραση της Ευαγγελικής περικοπής

Είπε ο Κύριος: "Εάν συγχωρήσετε στους ανθρώπους ό,τι κακό έχουν κάνει, θα συγχωρήσει και σας ο Πατέρας σας ο ουράνιος. Εάν όμως δεν συγχωρείτε τους ανθρώπους, τότε ούτε και ο Πατέρας σας θα συγχωρήσει τα παραπτώματά σας. Όταν νηστεύετε, μη γίνεσθε σκυθρωποί όπως οι υποκριταί, οι οποίοι παραμορφώνουν τα πρόσωπά τους, διά να τους δουν οι άνθρωποι ότι νηστεύουν. Αλήθεια σας λέγω, ότι έχουν λάβει την ανταμοιβή τους. Συ, όμως όταν νηστεύεις, άλειψε το κεφάλι σου και πλύνε το πρόσωπό σου, για να μη ιδούν οι άνθρωποι ότι νηστεύεις, αλλά μόνο ο Πατέρας σου, που είναι εκεί παρών κρυφά. Και ο Πατέρας σου, που βλέπει τι γίνεται στα κρυφά, θα σε ανταμείψει στα φανερά. Μη θησαυρίζετε για τον εαυτό σας θησαυρούς στη γή, όπου ο σκόρος και η σαπίλα τους καταστρέφουν και όπου οι κλέπτες κάνουν διάρρηξη και τους κλέβουν, αλλά θησαυρίζετε για τον εαυτό σας θησαυρούς στον ουρανό, όπου ούτε σκόρος ούτε σαπίλα τους καταστρέφει και όπου κλέπτες δεν κάνουν διάρρηξη ούτε κλέβουν. Διότι όπου είναι ο θησαυρός σου, εκεί θα είναι και η καρδιά σου".