

Λόγος Α΄ για τή Νηστεία



Ἅγιος Βασίλειος ὁ Μέγας

«Νὰ σαλπίσετε, λέγει, κατὰ τὴν πρώτη ἡμέρα τοῦ μηνὸς μετὴν σάλπιγγα, καθὼς καίκατὰ τὴν ἐπίσημη ἡμέρα τῆς μεγάλης ἐορτῆς σας» (Ψαλμ. 80, 4).

Αὐτὸ εἶναι πρόσταγμα προφητικό. Για μᾶς δὲ ἀπὸ τὴν σάλπιγγα πιὸ μεγαλόφωνο καὶ ἀπὸ κάθε ὄργανο μουσικόπιὸ ἐπίσημο, τὴν ἀναμενόμενη ἐορτὴ τῶν ἐορτῶν ὑποδηλώνουν τὰ ἀναγνώσματα (Ἠσ. 58, 4-6). Διότι ἐγνωρίσαμε τὴν χάρι τῶν νηστειῶν ἀπὸ τὸν Ἡσαΐα, ποὺ ἀπέρριψε μὲν τὸν ἰουδαϊκὸ τρόπο τῆς νηστείας, τὴν δὲ ἀληθινὴ νηστεία σὲ μᾶς ἔδειξε. «Νὰ μὴ νηστεύετε χάριν διαμάχης καὶ ἔριδος», «ἀλλὰ νὰ καταργήσεις κάθε σύνδεσμο ἀδικίας» (Ἠσ. 63, 6). Καὶ ὁ Κύριος λέγει· «νὰ μὴ γίνεσθε σκυθρωποί, ἀλλὰ νὰ νίψεις τὸ πρόσωπό σου, καὶ νὰ ἀλείψεις τὸ κεφάλι σου» (Ματθ. 6, 16-17).

Ἦς συμπεριφεροῦμε λοιπόν, ὅπως ἐδίδαχθήκαμε, νὰ μὴ φαινόμαστε σκυθρωποὶ γιὰ τὶς ἡμέρες ποὺ ἔρχονται, ἀλλὰ μὲ φαιδρὸ πρόσωπο πρὸς αὐτές, ὅπως πρέπει στοὺς ἁγίους, νὰ συμπεριφερόμαστε. Κανεὶς ἄκαρδος δὲν

στεφανώνεται, κανείς κατηφής δεν στήνει τρόπαιο. Νὰ μὴ σκυθρωπάσεις ἐνῶ δέχεσαι περιποιήσεις. Εἶναι ἄτοπο νὰ μὴ χαιρόμαστε γιὰ τὴν υἰγεία τῆς ψυχῆς, ἀλλὰ νὰ λυπόμαστε μὲ τὴν ἀλλαγὴ τῶν τροφῶν καὶ νὰ φαινόμεστε ὅτι χαρίζομαστε στὴν ἡδονὴ τῆς σάρκας, παρὰ στὴν ἐπιμέλεια τῆς ψυχῆς. Διότι ὁ μὲν κορεσμός σταματᾷ τὴν εὐχαρίστηση στὴν κοιλιά, ἡ δὲ νηστεία ἀνεβάζει τὸ κέρδος στὴν ψυχὴ. Νὰ χαιρέσαι διότι σοῦ ἔχει δοθεῖ ἀπὸ τὸν ἰατρὸ φάρμακο ποὺ καταστρέφει τὴν ἀμαρτία. Διότι ὅπως ἀκριβῶς στὰ ἔντερα τῶν παιδιῶν τὰ ἀναζωογονούμενα σκουλήκια ἐξαφανίζονται μὲ κάποια δραστικὰ φάρμακα, ἔτσι καὶ τὴν ἀμαρτία, ποὺ βρίσκεται στὸ βάθος τῆς ψυχῆς, τὴν σκοτώνει ἡ νηστεία ποὺ εἰσχωρεῖ στὴν ψυχὴ, ἡ ὁποία νηστεία εἶναι πράγματι ἀξία τοῦ ὀνόματός της.

2. «Ἄλειψε τὸ κεφάλι σου καὶ πλῦνε τὸ πρόσωπό σου» (Ματθ. 6, 17). Σὲ μυστήρια σὲ καλεῖ ὁ λόγος. Αὐτὸς ποὺ ἀλείφθηκε ἐμυρώθηκε· αὐτὸς ποὺ ἐνίφθηκε ἐκαθαρίσθηκε. Νὰ ἐννοεῖς τὴ νομοθεσίαν τὸν ἐσωτερικὸ ἄνθρωπο. Νὰ καθαρῖσεις τὴν ψυχὴ ἀπὸ τὰ ἀμαρτήματα. Νὰ χρίσεις τὸ κεφάλι σου μὲ χρίσμα ἁγιο, γιὰ νὰ γίνεις μέτοχος τοῦ Χριστοῦ, καὶ ἔτσι νὰ προσέλθεις στὴ νηστεία. Νὰ μὴν ἀλλοιώσεις τὸ πρόσωπό σου ὅπως ἀκριβῶς οἱ ὑποκριτές. Τὸ πρόσωπο ἀμαυρώνεται, ὅταν ἡ ἐσωτερικὴ διάθεση ἐπισκιάζεται μὲ τὸ ἐπίπλαστο ἐξωτερικὸ σχῆμα, καλυπτόμενη μὲ τὸ ψεῦδος σὰν μὲ παραπέτασμα. Ὑποκριτὴς εἶναι αὐτὸς ποὺ ὑποδύεται ξένο πρόσωπο στὸ θέατρο· ἐνῶ εἶναι δούλος, πολλές φορές ὑποδύεται τὸ πρόσωπο τοῦ κυρίου, καὶ ἐνῶ εἶναι πολίτης, τὸ πρόσωπο τοῦ βασιλέως. Ἔτσι καὶ στὸν βίον αὐτό, σὰν στὴ σκηνὴ τῆς δικῆς τους ζωῆς, οἱ πολλοὶ παίζουν θέατρο, ἄλλα μὲν φέροντας στὴν καρδιά, ἄλλα δὲ δεικνύοντας φανερὰ στοὺς ἀνθρώπους.

Νὰ μὴν ἀλλοιώνεις λοιπὸν τὸ πρόσωπό σου. Ὅποιος εἶσαι, τέτοιος νὰ φαίνεσαι· νὰ μὴν ὑποκρίνεσαι τὸν σκυθρωπό, ἐπιδιώκοντας τὴν δόξα ἀπὸ τοῦ νὰ φαίνεσαι ἐγκρατής. Διότι οὔτε εὐεργεσία ποὺ διατυμπανίζεται εἶναι ὄφελος, καὶ κανένα κέρδος δὲν προέρχεται ἀπὸ νηστεία ποὺ δημοσιεύεται. Διότι ἐκεῖνα ποὺ γίνονται ἐπιδεικτικὰ δὲν προεκτείνουν τὸν καρπὸ στὴ μέλλουσα ζωὴ, ἀλλὰ τὸν περιορίζουν στὸν ἔπαινο τῶν ἀνθρώπων. Τρέξε λοιπὸν μέγαρὰ στὴ δωρεὰ τῆς νηστείας. Ἡ νηστεία εἶναι ἀρχαῖο δῶρο· δὲν παλαιώνει καὶ δὲν γηράσκει, ἀλλὰ πάντοτε ἀνανεούμενο, ἀνθίζει πάντοτε γιὰ νὰ φέρει ὠριμοὺς καρπούς.

3. Νομίζεις ὅτι ὑπολογίζω τὴν ἀρχαιότητά της ἀπὸ τὸ νόμο; Ἡ νηστεία εἶναι παλαιότερη καὶ ἀπὸ τὸ νόμο. Ἐὰν ἀναμείνεις λίγο, θὰ βρεῖς τὴν ἀλήθεια τοῦ λόγου. Ἡ νηστεία εἶναι ἡ πρώτη ἐντολὴ τοῦ Θεοῦ στὸν Παράδεισο. Ἡ παράβασή της ἀπὸ τοὺς πρωτοπλάστους εἶναι ἡ πτώση τοῦ ἀνθρωπίνου γένους στὴν ἀμαρτία.

Μὴ νομίζεις ὅτι ἡ ἡμέρα τοῦ ἐξιλασμοῦ, ποὺ ἔχει διαταχθεῖ γιὰ τὸν Ἰσραὴλ τὸν ἑβδομο μῆνα (Λευϊτ. 16 - 29· 23, 27), τὴν δεκάτη ἡμέρα τοῦ μῆνα, αὕτὴ εἶναι ἡ ἀρχὴ τῆς νηστείας. Ἐλα λοιπὸν, βαδίζοντας μέσῳ τῆς ἱστορίας, ἐρεύνησε τὴν ἀρχαιότητά της. Διότι δὲν εἶναι νεώτερο τὸ ἐφεύρημα. Τὸ κειμήλιο εἶναι τῶν πατέρων. Κάθε τί ποὺ εἶναι ἀρχαῖο, εἶναι σεβαστό. Νὰ σέβεσαι τὴν παλαιότητα τῆς νηστείας. Εἶναι συνομήλικη μὲ τὴν ἀνθρωπότητα· ἡ νηστεία ἐνομοθετήθηκε στὸν παράδεισο. Εἶναι ἡ πρώτη ἐντολὴ ποὺ ἔλαβε ὁ Ἀδὰμ· «ἀπὸ τὸ δένδρο τῆς γνώσεως τοῦ καλοῦ καὶ τοῦ κακοῦ δὲν θὰ φάτε» (Γεν. 2, 17). Τὸ «δὲν θὰ φάγετε» εἶναι νομοθεσία νηστείας καὶ ἐγκρατείας. Ἐὰν εἶχε νηστεύσει ἀπὸ τὸν καρπὸ τοῦ δένδρου ἡ Εὐὰ, τώρα δὲν θὰ εἶχαμε ἀνάγκη ἀπὸ τὴν νηστεία αὕτη. «Διότι δὲν ἔχουν ἀνάγκη ἰατροῦ οἱ ὑγιεῖς, ἀλλὰ οἱ ἄρρωστοι» (Ματθ. 9, 12).

Ἐπάθαμε πολλά κακὰ ἀπὸ τὴν ἀμαρτία· ἄς θεραπευθοῦμε μὲ τὴν μετάνοια. Ἡ μετάνοια δὲ χωρὶς τὴνηστεία εἶναι ἀργή. «Καταραμένη ἡ γῆ, ἀγκάθια καίτριβόλια νὰ σοῦ βλαστάνει» (Γεν. 3, 17-18). Ἐπροστάχθηκες νὰ δοκιμάζεσαι, ὄχι βέβαια νὰ ζεῖς τρυφηλῶς. Μὲ τὴ νηστεία νὰ ἐξομολογεῖσαι στὸν Θεό. Ἀλλὰ καὶ ὁ τρόπος ζωῆς στὸν παράδεισο εἶναι εἰκόνα νηστείας, ὄχι μόνον διότι ὁ ἄνθρωπος μὲ τὸ νὰ εἶναι ὁμοτρόπεζος τῶν ἀγγέλων κατώρθωνε μὲ τὴν ὀλιγάρκεια τὴν ὁμοίωση πρὸς αὐτούς, ἀλλὰ διότι καὶ ὅσα ὕστερα ἐφεῦρε ἡ διάνοια τῶν ἀνθρώπων, δὲν εἶχαν ἐπινοηθεῖ ἀκόμη ἀπὸ τοὺς τρεφομένους στὸν παράδεισο· ὄχι ἀκόμη οἰνοποσίες, ὄχι ἀκόμη ζωοθυσίες· οὔτε ὅσα θολώνουν τὸν ἀνθρώπινο νοῦ.

4. Ἐπειδὴ δὲν ἐνηστεύσαμε, ἐφύγαμε ἀπὸ τὸν παράδεισο· ἄς νηστεύσουμε λοιπὸν, γιὰ νὰ ἐπανέλθουμε σ' αὐτόν. Δὲν βλέπεις τὸν Λάζαρο, πῶς μὲ τὴ νηστεία μπῆκε στὸν παράδεισο; (Λουκ. 16, 20-31). Νὰ μὴν μιμηθεῖς τὴν παρακοὴ τῆς Εὐας, νὰ μὴν παραδεχθεῖς τὸ φίδι πάλι σὰν σύμβουλο, ποὺ προτείνει τὴν βρώση, φροντίζοντας γιὰ τὸ σῶμα.

Στοὺς ἀσθενεῖς ἐπιβάλλεται ὄχι ἡ ποικιλία τῶν φαγητῶν ἀλλὰ ἡ νηστεία καὶ ἡ δίαιτα. Νὰ μὴν προφασίζεσαι ἀρρώστια τοῦ σώματος καὶ ἀδυναμία. Διότι τίς δικαιολογίες δὲν τίς λέγεις σὲ μένα, ἀλλὰ σ' αὐτόν ποὺ γνωρίζεις. Πές μου, δὲν μπορείς νὰ νηστεύεις; Μπορεῖς ὁμως νὰ παραχορταίνεις γιὰ ὅλη τὴ ζωὴ καὶ νὰ συντρίβεις τὸ σῶμα σου μὲ τὸ βάρος τῶν φαγητῶν. Καὶ ὁμως στοὺς ἀσθενεῖς ὄχι ποικιλία φαγητῶν, ἀλλὰ ἀσιτία καὶ δίαιτα γνωρίζω ὅτι ἐπιβάλλουν οἱ ἰατροί. Πῶς λοιπὸν σὺ ποὺ μπορείς αὐτά, προφασίζεσαι ὅτι δὲν μπορείς ἐκεῖνα; Τί εἶναι εὐκολότερο γιὰ τὴν κοιλιά, νὰ περάσει τὴ νύκτα μὲ τὴν λιτότητα τῆς διαίτας, ἢ μὲ τὴν ἀφθονία τῶν φαγητῶν νὰ κείτεται βαρειά; Μᾶλλον δὲ μήτε νὰ κείτεται, ἀλλὰ νὰ πυκνοστριφογουρίζει παραφορτωμένη καὶ στενοχωρημένη

μὲ κίνδυνον νὰ ἀνοίξει; Ἐκτὸς ἂν πεῖς ὅτι οἱ κυβερνήτες σώζονται εὐκολότερα τὸ βαρυφορτωμένο πλοῖο ἀπὸ τὸ καλὰ ἐφοδιασμένο καὶ ἐλαφρό. Διότι αὐτὸ μὲν τὸ ὁποῖο πιέζεται ἀπὸ τὸ πλῆθος τοῦ φορτίου, ἢ μικρὴ τρικυμία τὸ καταβυθίζει, ἐκεῖνο δὲ ποὺ ἔχει σύμμετρα τὰ ἐμπορεύματα εὐκόλα διαπλέει τὴν τρικυμία, ἐπειδὴ τίποτα δὲν τὸ ἐμποδίζει νὰ ἀνέβει εὐκολότερα. Καὶ τὰ σώματα λοιπὸν τῶν ἀνθρώπων ὅταν παραφορτώνονται μὲ τὸν συνεχῆ χορτασμό, εὐκόλα ὑποκύπτουν σὲ τὰ ἀσθένειες· ὅταν δὲ κάνουν χρῆση στερεᾶς καὶ ἐλαφρᾶς τροφῆς, καὶ τὸ ἀναμενόμενο ἀπὸ τὴ νόσο κακὸ ξεφεύγουν, ὅπως τὴν κακοκαιρία τὸ πλοῖο καὶ τὸ ἤδη παρὸν ἐνοχλητικὸ τὸ ξεπερνοῦν, ὡς κάποια ἔφοδος δίνης. Ὅμως καὶ ἡ ἡσυχία κατὰ τὴν γνώμη σου εἶναι πιὸ κουραστικὴ ἀπὸ τὸ τρέξιμο καὶ ἡ ἡρεμία ἀπὸ τὴν πάλη, ἐὰν ἀκριβῶς ἰσχυρίζεσαι ὅτι καὶ ἡ τρυφή εἶναι καταλληλότερη ἀπὸ τὴν δίαιτα γιὰ τοὺς ἀσθενεῖς.

Ἡ πολυτέλεια καὶ ἡ ποικιλία τῶν φαγητῶν ἐδημιούργησε τὰ διάφορα εἶδη τῶν ἀσθενειῶν. Διότι ἡ δύναμη ποὺ κυβερνᾷ τὸν ἄνθρωπο τὴν αὐτάρκεια καὶ τὴν λιτότητα εὐκόλα μὲν ἐπεξεργάσθηκε καὶ τὴν ἔκαμε οἰκεία σὲ τὸ τρεφόμενο· ὅταν ὅμως παρέλαβε τὴν πολυτέλεια καὶ ποικιλία τῶν φαγητῶν, ἔπειτα ἐπειδὴ δὲν μπόρεσε πρὸς τὸ τέλος νὰ ἀντέξει, ἐδημιούργησε τὰ διάφορα εἶδη τῶν ἀσθενειῶν.

5. Ἄλλ' ὁ λόγος ἂς βαδίζει μὲ τὴν ἱστορία, ἐξετάζοντας τὴν ἀρχαιότητα τῆς νηστείας. Καὶ ὅπως ὅλοι οἱ ἅγιοι, ὡς κάποια πατρικὴ κληρονομία, τὴν ἐκληρονόμησαν, ἔτσι τὴν διαφύλαξαν, παραδίνοντας ὁ πατέρας σὲ τὸ παιδί, ἀπ' ὅπου καὶ σὲ μᾶς διαδοχικὰ διασώθηκε τὸ κτῆμα. Δὲν ὑπῆρχε σὲ τὸν παράδεισο οἶνος· ὄχι ἀκόμη ζωοθυσίαι· ὄχι ἀκόμη κρεοφαγίαι. Μετὰ τὸν κατακλυσμὸν ὁ οἶνος· μετὰ τὸν κατακλυσμὸν, «νὰ τρώγετε ἀπὸ ὅλα, ὡς χλωρὰ χορτάρια» (Γεν. 9, 3). Ὅταν ἀπορρίφθηκε ἡ τελείωση, τότε ἐπιτράπηκε ἡ ἀπόλαυση. Δεῖγμα δὲ τῆς ἀπειρίας τοῦ οἴνου ὁ Νῶε

πού άγνοοῦσε τήν χρήση τοῦ οἴνου. Διότι ἀκόμη δέν εἶχε εἰσέλθει στή ζωή, οὔτε εἶχε χρησιμοποιηθεῖστίς συναναστροφές τῶν ἀνθρώπων. Ἐπειδὴ οὔτε ἄλλον εἶχε δεῖ, οὔτε ὁ ἴδιος ἐδοκίμασε, περιέπεσε ἀπρόσεκτα στή μέθη τοῦ οἴνου.

«Διότι ἐφύτευσε ἄμπελο ὁ Νῶε, καὶ ἤπιε ἀπὸ τὸ γέννημα τοῦ καρποῦ καὶ ἐμέθυσε» (Γεν. 9, 20-21). ὄχι διότι ἦταν μέθυσος, ἀλλὰ διότι δέν ἐγνώριζε τήν μέτρια πόση. Τόσον τὸ εὖρημα τῆς οἰνοποιίας εἶναι νεώτερο ἀπὸ τὸν παράδεισο, καὶ τόσον παλαιὸς ὁ σεβασμὸς τῆς νηστείας. Ἀλλὰ ἐγνώρισаме ὅτι καὶ ὁ Μωϋσῆς μὲ τὴ νηστεία ἐπλησίασε τὸ ὄρος (Ἐξοδ. 24, 18). Διότι δέν θὰ ἀποτολμοῦσε ἐνῶ ἐκάπνιζε ἡ κορυφή, οὔτε θὰ εἶχε τὸ θάρρος νὰ εἰσέλθει στὸν γνόφο, ἐὰν δέν εἶχε ὀπλισθεῖ μετὰ ὄπλο τῆς νηστείας. Μὲ τὴ νηστεία ὑποδέχθηκε τὸ νόμο πού ἐγράφη μὲ τὸ δάκτυλο τοῦ Θεοῦ στίς πλάκες. Καὶ ἐπάνω μὲν ἡ νηστεία ἔγινε πρόξενος τῆς νομοθεσίας, κάτω δὲ ἡ γαστριμαργία τοὺς ἐξέτρεψε σὲ εἰδωλολατρεία. «Διότι ἐκάθισε ὁ λαὸς γιὰ νὰ φάει καὶ νὰ πιεῖ, καὶ ἐσηκώθηκαν μετὰ γιὰ νὰ διασκεδάσουν» (Ἐξοδ. 32,6).

Σαράντα ἡμερῶν προσμονὴ μὲ νηστεία καὶ προσευχὴ τοῦ δούλου τοῦ Θεοῦ τὴν ἀχρήστευσε μία οἰνοποισία. Διότι αὐτὲς τίς πλάκες πού ἔλαβε ἡ νηστεία μὲ τὸ δάκτυλο τοῦ Θεοῦ γραμμένες, αὐτὲς ἡ μέθη ἐκομμάτισε, διότι ὀπροφήτης δέν ἔκρινε ἄξιο νὰ νομοθετεῖται μέθυσος λαὸς ἀπὸ τὸν Θεό. Σὲ μία φευγαλέα στιγμή, μὲ τὴν γαστριμαργία, ὁ λαὸς ἐκεῖνος πού εἶχε γνωρίσει τὸν Θεὸ μὲ τὰ πιὸ μεγάλα θαύματα, ἐκυλίσθηκε στήν εἰδωλολατρικὴ τρέλα τῶν Αἰγυπτίων. Σύγκρινε καὶ τὰ δύο· πῶς δηλαδὴ ἡ νηστεία ὀδηγεῖ στὸ Θεὸ καὶ πῶς ἡ τρυφὴ προδίδει τὴν σωτηρία. Κατέβα, βαδίζοντας τὸν δρόμο πρὸς τὰ κάτω.

6. Τί ἐβεβήλωσε τὸν Ἡσαΐ καὶ τὸν ἔκαμε δούλο τοῦ ἀδελφοῦ του; Δὲν ἦταν ἓνα φαγητό, γιὰ τὸ ὁποῖο ἐπώλησε τὰ πρωτοτόκια; (Γεν. 25, 30-34). Τὸν δὲ Σαμουήλ δὲν τὸν ἐχάρισε στὴν μητέρα του ἢ προσευχή μὲ τήνηστέια; (Α΄ Βασιλ. 1, 13-16). Τί ἔκαμε τὸν Σαμψὼν ἀκαταμάχητο καὶ μεγάλο ἥρωα; Δὲν ἦταν ἡ νηστεία μετὴν ὁποία συνελήφθη στὴν κοιλιὰ τῆς μητέρας του; (Κριτ. 13, 14). Ἡ νηστεία τὸν ἐγέννησε, ἡ νηστεία τὸν ἐθήλασε, ἡ νηστεία τὸν ἔκαμε ἄνδρα, ποὺ τὴν διέταξε ὁ ἄγγελος στὴν μητέρα του. «Δὲν πρέπει νὰ φάει κανένα ἀπὸ τὰ προϊόντα τῆς ἀμπέλου, καὶ οἶνο καὶ σίκερα [μεθυστικὰ ποτὰ] νὰ μὴν πιεῖ» (Κριτ. 13, 14).

Ἡ νηστεία γεννᾷ προφήτες, δυναμώνει δυνατούς· ἡ νηστεία κάνει σοφοὺς τοὺς νομοθέτες, εἶναι καλὸ φυλακτήριον τῆς ψυχῆς, στὸ σῶμα ἀσφαλῆς σύνοικος, ὄπλο στοὺς ἀνδρείους, γυμναστήριον στοὺς ἀθλητές. Αὐτὴ ἀποκρούει τοὺς πειρασμούς· αὐτὴ προετοιμάζει πρὸς τὴν εὐσέβεια, συγκάτοικος τῆς νηφαλιότητος, δημιουργὸς τῆς σωφροσύνης. Στούς πολέμους κάνει ἀνδραγαθήματα, στὴν εἰρήνη διδάσκει τὴν ἡσυχία. Τὸν ναζιραῖο [ἀφιερωμένος στὸν Θεὸ γιὰ 30 ἡμέρες μὲ ἀποχή φαγητῶν καὶ ποτῶν. Ἰσόβιοι ναζιραῖοι ἦταν ὁ Σαμψὼν,

Σαμουήλ, Ἰωάννης ὁ Πρόδρομος, Ἰάκωβος ὁ Ἀδελφὸς Θεός. Στὸν χριστιανισμὸ ναζιραῖοι καλοῦνται οἱ Μοναχοί] ἀγιάζει, καὶ κάνει τέλειον τὸν ἱερέα. Διότι δὲν εἶναι δυνατόν χωρὶς νηστεία νὰ ἀποτολήσει τὴν ἱερωσύνην· ὄχι μόνον τώρα στὴν μυστικὴ καὶ ἀληθινὴ λατρεία, ἀλλὰ καὶ στὴν τυπικὴ ποὺ γινόταν κατὰ τὸν (Μωσαϊκὸ) νόμο. Αὐτὴ ἔκαμε τὸν Ἠλία Θεατὴ τοῦ μεγάλου Θεάματος· διότι ἀφοῦ ἐπὶ σαράντα ἡμέρες μὲ νηστεία καθάρισε τὴν ψυχὴν, ἔτσι καταξιώθηκε νὰ δεῖ στὸ σπήλαιον τοῦ Χωρὴβ (Γ΄ Βασιλ. 19, 8-13), ὅσον εἶναι δυνατόν στὸν ἄνθρωπον νὰ δεῖ, τὸν Κύριον. Νηστεύοντας ἔδωσε πίσω στὴν χήρα τὸ παιδί τῆς, ἀφοῦ ἀποδείχθηκε ἰσχυρὸς μὲ τὴν νηστεία

κατὰ τοῦ θανάτου. Ἀπὸ στόμα πού ἐνήστευε ἐβγήκε ἡ φωνή τοῦ ἐσταμάτησε γιὰ τὸν παράνομο λαὸ τῆ βροχῆ τοῦ οὐρανοῦ γιὰ τρία χρόνια καὶ ἕξι μῆνες. Διότι γιὰ νὰ μαλακώσει τὴν ἀδάμαστη καρδιὰ τῶν σκληροτραχήλων, ἐπροτίμησε καὶ τὸν ἑαυτό του στὴν κακοπάθεια νὰ τὸν καταδικάσει μαζί με τοὺς ἄλλους. Γιὰ τοῦτο «ζεῖ Κύριος, εἶπε, δὲν θὰ ὑπάρξει στὴ γῆ νερό, παρὰ μόνο με τὸν λόγο μου» (Γ΄ Βασιλ. 17, 1). Καὶ ἔφερε σ' ὅλο τὸν λαὸ νηστεία με τὴν πεῖνα, γιὰ νὰ ἐπανορθώσει τὴν κακία πού εἶχε προέλθει ἀπὸ τὴν τρυφή καὶ τὴν μαλθακὴ ζωὴ.

Τί λογιῆς δὲ ὑπῆρξε ὁ βίος τοῦ Ἑλισσαίου; Πῶς μὲν ἐφιλοξενήθηκε ἀπὸ τὴν Σουναμίτιδα; Πῶς δὲ ὁ ἴδιος ἐδέχονταν τοὺς προφήτες; Δὲν ἔκανε τὴν φιλοξενία με ἄγρια λάχανα καὶ λίγο ἀλεῦρι; (Δ΄ Βασιλ. 4, 42-44). Κι ἔτσι κάποτε με τὰ χόρτα εἶχε μαζευτεῖ καὶ ἀγριοκολοκύθι, ὥστε νὰ κινδυνεύουν αὐτοὶ πού θὰ ἔτρωγαν, ἐὰν με τὴν εὐχὴ τοῦ νηστευτῆ δὲν εἶχε ἀχρηστευθεῖ τὸ δηλητήριο. Καὶ γενικῶς, θὰ μπορούσες νὰ βρεῖς τὴ νηστεία νὰ χειραγωγεῖ ὅλους τοὺς ἀγίους στὴν κατὰ Θεὸν πολιτεία. Ὑπάρχει κάποιο εἶδος ἀντικειμένου, πού ὀνομάζονται ἀμίαντο, ἄφθορο στὴ φωτιά, πού ὅταν μὲν τίθεται στὴν φλόγα φαίνεται ὅτι ἔχει ἀπανθρακωθεῖ, ὅταν δὲ τὸ βγάζουν ἀπὸ τὴ φωτιά, σὰν νὰ ἔχει λευκανθεῖ στὸ νερό, γίνεται καθαρότερο. Τέτοια ἦταν τὰ σώματα τῶν τριῶν ἐκείνων παιδῶν τῆς Βαβυλῶνος, πού εἶχαν τὸν ἀμίαντο ἀπὸ τὴ νηστεία (Δανιήλ 1, 8-16). Διότι στὴ μεγάλη φλόγα τῆς καμίνου, σὰν νὰ ἦσαν κατὰ τὴν φύση ἀπὸ χρυσό, ἀπεδεικνύοντο ἀνώτεροι ἀπὸ τὴν βλάβη τῆς φωτιᾶς. Δηλαδὴ ἀπεδεικνύοντο πιὸ δυνατοὶ καὶ ἀπὸ τὸν χρυσό· διότι δὲν τοὺς ἔλυωνε αὐτοὺς ἡ φωτιά, ἀλλὰ τοὺς φύλαγε ἀκέραιους. Καὶ ὅμως τίποτε δὲν θὰ συγκρατοῦσε τότε τὴν φλόγα ἐκείνη, πού τὴν ἔτρεφαν νάφθα καὶ πίσσα καὶ κληματίδες, ὥστε αὐτὴ νὰ ἐξαπλώνεται σαρανταεννέα πήχεις, καὶ κατατρώγοντας τὰ γύρω ἀπ' αὐτὴν πολλοὺς ἀπὸ τοὺς Χαλδαίους

νά καταφάγει. Ἐκείνη λοιπὸν τὴν πυρκαγιὰ καταπατοῦσαν οἱ παῖδες, ἀφοῦ εἰσῆλθαν μὲνηστεία, ἀναπνέοντας ἔτσι στὴν ὀρμητικὴ φωτιὰ σὰν λεπτὴ αὔρα καὶ δροσερὴ. Διότι ἡ φωτιὰ οὔτε τὶς τρίχες δὲν ἐπέειραξε, ἐπειδὴ τὶς εἶχε ἐκθρέψει ἡ νηστεία (Δανιὴλ 3, 24- 33).

7. Καὶ ὁ Δανιὴλ, ὁ ἄνδρας τῶν ἐπιθυμιῶν, αὐτὸς ποὺ τρεῖς ἐβδομάδες δὲν ἔφαγε ψωμί καὶ δὲν ἤπιε νερὸ (Δανιὴλ 10, 2-3) ἐδίδασκε καὶ τὰ λιοντάρια νὰ νηστεύουν, ὅταν κατέβηκε στὸ λάκκο (Δανιὴλ 6, 16-22). Διότι σὰν ἀπόπετρα ἢ χαλκὸ ἢ κάποια ἄλλη στερεὰ ὕλη νὰ ἦταν κατασκευασμένος, τὰ λιοντάρια δὲν μποροῦσαν νὰ μπήξουν τὰ δόντια τους. Ἔτσι ἡ νηστεία, ἀφοῦ ἐδυνάμωσε τὸ σῶμα τοῦ ἀνδρὸς ὅπως ἡ βαφὴ τὸ σίδηρο, τὸ ἔκανε ἀδάμαστο σὰν λιοντάρια· διότι δὲν ἀνοιγαν τὸ στόμα κατὰ τοῦ ἀγίου. Ἡ νηστεία «ἔσβησε τὴν δύναμη τῆς φωτιᾶς, ἔφραξε τὰ στόματα τῶν λιονταριῶν» (Ἑβρ. 11, 33-34).

Ἡ νηστεία ἀναπέμπει τὴν προσευχὴν στὸν οὐρανό, μὲ τὸν ἀνὴρ γίνονται σ' αὐτὴν κατὰ κάποιο τρόπο φτεροὶ πρὸς τὴν ἄνω πορεία της. Ἡ νηστεία εἶναι προκοπὴ τῶν οἴκων, ὑγείας μητέρα, νεότητος παιδαγωγός, στολίδι στοὺς γέροντες, καλὴ συνοδοιπόρος στοὺς πεζοπόρους, ἀσφαλὴς ὁμόσκηνος στοὺς συγκατοίκους. Ὁ ἄνδρας δὲν ὑποψιάζεται κίνδυνο τοῦ γάμου, ὅταν βλέπει τὴν γυναῖκα νὰ ζεῖ μὲ τὴ νηστεία. Δὲν λυώνει ἡ γυναῖκα ἀπὸ τὴν ζηλοτυπία, ὅταν βλέπει τὸν ἄνδρα νὰ νηστεύει. Ποιὸς ἐζημίωσε τὸ σπίτι του μὲ τὴ νηστεία; Ὑπολόγισε σήμερον τὰ πράγματα τοῦ σπιτιοῦ καὶ ὑπολόγισε τὰ καίμετά· δὲν θὰ λείψει τίποτε μὲ τὴ νηστεία ἀπὸ τὰ ὑπάρχοντα στὸ σπίτι. Κανένα ζῶο δὲν βγάζει κραυγὴς θανάτου, πουθενὰ αἷμα, πουθενὰ ἀπόφαση, ποὺ ὑπαγορεύεται κατὰ τῶν ζώων ἀπὸ τὴν ἄκαμπτη κοιλιά. Ἔχει σταματήσει τὸ μαχαῖρι τῶν μαγείρων· τὸ τραπέζι ἀρκεῖται σὰν πρόχειρα. Τὸ Σάββατο ἐδόθηκε στοὺς Ἰουδαίους, «γιὰ νὰ ἀναπαυθεῖ, λέγει, τὸ ὑποζύγιό σου καὶ ὁ δοῦλος σου» (Ἐξοδ. 20, 10).

Ἄς γίνῃ ἡ νηστεία ἀνάπαυση ἀπὸ τοὺς συνεχεῖς κόπους τοὺς ὑπηρέτες ποὺ ὑπηρετοῦν καθ' ὅλο τὸ ἔτος. Ἀνάπαυσε τὸν μάγειρά σου, δῶσε ἄδεια στὸν τραπεζοκόμο, σταμάτησε τὸ χέρι τοῦ κεραστή, ἄς σταματήσῃ κάποτε καὶ ὁ παρασκευαστὴς τῶν ποικίλων γλυκισμάτων. Ἄς ἡσυχάσῃ κάποτε καὶ τὸ σπίτι ἀπὸ τοὺς μύριους θορύβους, καὶ ἀπὸ τὸν καπνὸ καὶ τὴν τσίκνα καὶ ἀπὸ αὐτοὺς ποὺ ἀνεβοκατεβαίνουν καὶ τοῦ ὑπηρετοῦν σὰν ἀμείλικτη κυρία τὴν κοιλιά. Πάντως κάποτε καὶ οἱ φοροεισπράκτορες ἐπιτρέπουν γιὰ λίγο τοὺς ὑποχείριούς τους νὰ ζήσουν ἐλεύθερα. Ἄς δώσῃ κάποια ἀνάπαυλα καὶ ἡ κοιλιά στὸ στόμα, ἄς κάμῃ γιὰ μᾶς πενθήμερες ἀνακωχές, αὐτὴ ποὺ πάντοτε ἀπαιτεῖ καὶ οὐδέποτε σταματᾷ, αὐτὴ ποὺ σήμερὰ παίρνει καὶ αὔριο λησμονεῖ. Ὅταν χορτάσῃ, φιλοσοφεῖ περὶ ἐγκρατείας, ὅταν ἀδειάσῃ λησμονεῖ τὶς φιλοσοφικὲς δοξασίες.

8. Ἡ νηστεία δὲν γνωρίζει τὴν φύση τοῦ δανείου· δὲν μυρίζει ἀπὸ τόκους ἢ τράπεζα τοῦ νηστευτῆ· δὲν πνίγουν τὸ ὄρφανὸ παιδί οἱ πατρικοὶ τόκοι τοῦ νηστευτῆ, σὰν φίδια περιπλεκόμενα. Καὶ διαφορετικὰ ἡ νηστεία γίνεταὶ ἀφορμὴ γιὰ εὐφροσύνη. Διότι ὅπως ἡ δίψα γλυκὸ τὸ ποτὸ καθιστᾷ, καὶ ἡ πείνα ποὺ προκλήθηκε κάνει εὐχάριστο τὸ τραπεζεῖν, ἔτσι καὶ τὴν ἀπόλαυση τῶν φαγητῶν φαιδρύνει ἡ νηστεία. Διότι μὲ τὸ νὰ παρεμβληθεῖ στὸ μέσο καὶ νὰ διακόψῃ τὴν συνέχεια τῆς τρυφῆς, θὰ κάμῃ ὥστε νὰ σοῦ φανεῖ ἡ λήψη τῆς τροφῆς ἐπιθυμητὴ σὰν ἀπόδημη. Ὡστε ἐὰν θέλεις γιὰ τὸν ἑαυτό σου νὰ ἐτοιμάσῃς ἐπιθυμητὴ τράπεζα, δέξου τὴν μεταβολὴ ποὺ προέρχεται ἀπὸ τὴν νηστεία. Σὺ δὲ περικυκλωμένος πάρα πολὺ ἀπὸ τὴν τρυφή, ἔχεις ξεχάσει τὸν ἑαυτό σου ἀμαυρώνοντας τὴν ἀπόλαυση καὶ ἀπὸ φιληδονία ἐξαφανίζοντας τὴν πραγματικὴ εὐχαρίστηση. Διότι, τίποτε δὲν ὑπάρχει τόσον ἐπιθυμητό, ὥστε νὰ μὴν καταφρονεῖται μὲ τὴν

συνεχῆ ἀπόλαυση. Ἐκείνων δὲ ποὺ εἶναι σπάνια ἄποκτηση, αὐτῶν ἡ ἀπόλαυση γίνεται περισπούδαστη.

Ἔτσι καὶ ὁ κτίστης μας ἐπενόησε μὲ τὴν ποικιλία στὴ ζωὴνὰ παραμένει σέ μᾶς ἡ χάρις αὐτῶν ποὺ ἔχουν δοθεῖ. Δὲν βλέπεις ὅτι καὶ ὁ ἥλιος εἶναι λαμπρότερος μετὰ τὴν νύκτα; Καὶ ἡ ἀγρυπνία γλυκύτερη μετὰ τὸν ὕπνο; Καὶ ἡ υἰγεία πιὸ ἐπιθυμητὴ μετὰ τὴν πεῖρα τῶν ἀντιθέτων; Καὶ ἡ τράπεζα λοιπὸν εἶναι πιὸ εὐχάριστη μετὰ τὴ νηστεία· ὅμοια μὲν στοὺς πλουσίους καὶ σ' αὐτοὺς ποὺ παρέχουν πλούσια γεύματα καὶ στοὺς λιτοὺς καὶ στοὺς πρόχειρους κατὰ τὴν δίαιτα.

9. Νὰ φοβᾶσαι τὸ παράδειγμα τοῦ πλουσίου. Ἐκεῖνον παρέδωσε στὸ πῦρ ἡ συνεχὴς τρυφή. Διότι ἂν καὶ δὲν κατηγορήθηκε γιὰ ἀδικία, ἀλλὰ γιὰ τρυφηλὴ ζωὴ, ἐτηγανίζοταν στὴν φλόγα τῆς καμίνου. Γιὰ νὰ σβῆσουμε λοιπὸν τὸ πῦρ ἐκεῖνο, χρειάζεται νερό. Καὶ ὄχι μόνον γιὰ τὰ μέλλοντα πράγματα εἶναι ὠφέλιμος ἡ νηστεία, ἀλλὰ καὶ σ' αὐτὴ τὴν σάρκα πιὸ ἐπωφελής. Διότι οἱ μεγάλες παχυσαρκίαι ἔχουν ὑποτροπὲς καὶ μεταπτώσεις, ὅποτε ἡ φύση κάμπτεται καὶ ἀδυνατεῖ νὰ σηκώσει τὸ βάρος τῆς παχυσαρκίας.

Πρόσεχε μὴ τυχὸν τώρα, ἀποστρεφόμενος τὸ νερό, ἐπιθυμήσεις ὕστερα μία σταγόνα, ὅπως καὶ ὁ πλούσιος (Λουκ. 16, 24). Κανεὶς δὲν ἐμέθυσε ἀπὸ τὸ νερό. Κανενὸς δὲν ἐπόνεσε τὸ κεφάλι διότι ἐβαρύνθηκε ἀπὸ τὸ νερό. Κανεὶς δὲν ἐχρειάσθηκε ξένα πόδια πίνοντας νερό. Κανενὸς τὰ πόδια δὲν ἐδέθησαν, κανενὸς τὰ χέρια δὲν ἀχρηστεύθηκαν, ποτιζόμενα μὲ νερό. Διότι ἡ ἐλαττωματικὴ πέψη, ποὺ ἀκολουθεῖ ἀναγκαστικὰ στοὺς ζῶντες μὲ τρυφηλότητα, αὐτὴ φέρνει τὰ φοβερά νοσήματα στὰ σώματα. Τὸ χρῶμα τοῦ νηστεύοντος σεμνὸ, δὲν κοκκινίζει ἀδιάντροπα, ἀλλὰ εἶναι στολισμένο μὲ τὴν σὺφρονα

χλωμάδα· ὀφθαλμὸς πρᾶος, βάδισμα σεμνοπρεπέες, πρόσωπο σοβαρὸ πού δὲν ἀσχημίζει μετὸ ἀκόλαστο γέλιο, λόγια μετρημένα, καρδιὰ καθαρὴ. Θυμήσου τοὺς ἀγίους ὄλων τῶν αἰώνων, «γιὰ τοὺς ὁποίους δὲν ἦταν ἄξιος ὁ κόσμος» πού ἐγύριζαν «φορώντας δέρματα προβάτων καὶ δέρματα γιδιῶν, ἔχοντας στερήσεις, θλίψεις, κακουχίες» (Ἐβρ. 11, 37-38). Εκείνων νὰ θυμᾶσαι τὴν διαγωγή, ἐὰν ἀκριβῶς ἐπιζητεῖς νὰ εἶσαι μὲ τὸ μέρος τους.

Τί ἀνάπαυσε τὸν Λάζαρο στοὺς κόλπους τὸν Ἀβραάμ; Ὁχιὴ νηστεία; Ἡ ζωὴ δὲ τοῦ Ἰωάννου ὑπῆρξε μιὰ συνεχῆς νηστεία· ὁ ὁποῖος δὲν εἶχε κρεββάτι, οὔτε τραπέζι, οὔτε καλλιεργήσιμη γῆ, οὔτε βόδι γιὰ ὄργωμα, οὔτε ἀρτοποιό, οὔτε τίποτε ἄλλο ἀπὸ τὰ πράγματα τῆς ζωῆς. Γιὰ τοῦτο «μεταξὺ τῶν γεννηθέντων ἀπὸ τὶς γυναῖκες μεγαλύτερος δὲν ἔχει ἀναφανεῖ ἄλλος ἀπὸ τὸν Ἰωάννη τὸν Βαπτιστὴ» (Ματθ. 11, 11). Τὸν Παῦλο μαζί μὲ τὰ ἄλλα καὶ ἡ νηστεία, πού ἀπαρίθμησε στὰ καυχήματα γιὰ τὶς θλίψεις του, τὸν ἀνέβασε στὸν τρίτο οὐρανὸ (Β΄ Κορινθ. 11, 27· 12, 2). Ὅπρῳτος δὲ γιὰ ὅσα ἔχουμε πεῖ, ὁ Κύριός μας, ἀφοῦ ὀχύρωσε μὲ νηστεία τὴν σάρκα, πού ἐπῆρε γιὰ χάρη μας, ἔτσι ἐδέχθηκε σ' αὐτὴ (Ματθ. 4, 2) τοῦ διαβόλου τὶς προσβολές, καὶ γιὰ νὰ μᾶς διδάσκει νὰ ἐτοιμαζόμαστε μὲ νηστείες καὶ νὰ γυμναζόμαστε γιὰ τοὺς ἀγῶνες κατὰ τῶν πειρασμῶν, καὶ γιὰ νὰ προσφέρει στὸν ἀντίπαλο μὲ τὴν στέρηση κατὰ κάποιον τρόπο λαβὴ. Ἀπρόσιτος θὰ ἦταν σ' αὐτὸν λόγῳ τοῦ ὕψους τῆς Θεότητος, ἐὰν μὲ τὴν φτώχεια δὲν εἶχε κατεβῆ πρὸς τὸ ἀνθρώπινο. Ἐπανερχόμενος λοιπὸν στοὺς οὐρανοὺς, ἔφαγε, γιὰ νὰ πιστοποιήσῃ τὴν φύση τοῦ ἀναστάντος σώματος.

Σὺ δὲ παραπαχαίνοντας τὸν ἑαυτό σου καὶ ὄντας πολύσαρκος, δὲν γίνεσαι μαλθακός; Ἐξασθενίζοντας δὲ τὸ νοῦ μὲ ἀτροφία, γιὰ τὰ σωτήρια καὶ ζωοποιὰ διδάγματα μπορεῖς νὰ μιλήσεις; Ἡ ἀγνοεῖς ὅτι, ὅπως σὲ πολεμικὴ παράταξη, ἡ συμμαχία μὲ τὸν ἄλλον φέρνει τὴν ἥττα

τοῦ ἀντιπάλου, ἔτσι καὶ αὐτὸς ποὺ συμμαχεῖ μὲ τὴν σάρκα, ἀνταγωνίζεται τὸ πνεῦμα καὶ αὐτὸς ποὺ πηγαίνει μὲ τὴν παράταξη τοῦ πνεύματος ὑποδουλώνει τὴν σάρκα; «Διότι αὐτὰ μεταξὺ τοὺς εἶναι ἀντίθετοι» (Γαλατ. 5, 17): Ὡστε, ἐὰν θέλεις νὰ κάνεις ἰσχυρὸ τὸ νοῦ, νὰ δαμάσεις τὴν σάρκα μὲ τὴ νηστεία. Διότι αὐτὸ εἶναι ἐκεῖνο ποὺ λέγει ὁ ἀπόστολος· ὅτι «ὅσον ὁ ἐξωτερικὸς ἄνθρωπος φθείρεται, τόσο ὁ ἐσωτερικὸς ἀνακαινίζεται» (Β΄ Κορ. 4,16)· καὶ τό· «ὅταν ἀσθενῶ, τότε εἶμαι δυνατός» (Β΄ Κορ. 12, 10). Δὲν θὰ περιφρονήσεις τὰ φαγητὰ ποὺ χάνονται; Δὲν θὰ ἐπιθυμήσεις τὴν τράπεζα τῆς βασιλείας, τὴν ὁποία ἐξάπαντος ἡ ἐδῶ νηστεία θὰ ἐξωραΐσει; Ἄγνοεῖς ὅτι μὲ τὴν ἀμετρία τοῦ χορτασμοῦ ἐτοιμάζεις γιὰ τὸν ἑαυτὸ σου παχὺ τὸν βασανιστὴ σκώληκα; Διότι ποῖος ἀπ' αὐτοὺς ποὺ ζοῦν μὲ πλούσια τροφή καὶ διαρκή τρυφή ἐδέχθηκε κάποια κοινωνία πνευματικοῦ χαρίσματος; Ὁ Μωυσῆς γιὰ νὰ λάβει δεύτερη νομοθεσία ἐχρειάσθηκε μία ἀκόμη δεύτερη νηστεία. Στους Νινευίτες, ἐὰν καὶ τὰ ζῶα δὲν εἶχαν νηστεύσει, δὲν θὰ εἶχαν διαφύγει τὴν ἀπειλὴ τῆς καταστροφῆς (Ἰωνᾶς 3, 4-10). Ποίων τὰ σώματα ἔπεσαν στὴν ἔρημο; (Ἐβρ. 3, 17). Ὅχι αὐτῶν ποὺ ἐπιζητοῦσαν τὴν κρεοφαγία; (Ἀριθμ. 11, 33). Ἐκεῖνοι μὲν ἕως ὅτου εἶχαν ἀρκεσθεῖ στὸ μάννα καὶ στὸν ἐρὸ ποὺ βγήκε ἀπὸ τὴν πέτρα, ἐνικοῦσαν τοὺς Αἰγυπτίους, περπατοῦσαν μέσα ἀπὸ τὴν θάλασσα. «Δὲν ὑπῆρχε στίς φυλὰς τοὺς κανένας ποὺ δὲν μποροῦσε νὰ περπατήσει» (Ψαλμ. 104, 37)· ἐπειδὴ δὲ ἐθυμήθηκαν τὰ κρέατα στοὺς λέβητες (Ἐξοδ. 16, 3) καὶ ἐστράφησαν μὲ τὶς ἐπιθυμίες τους στὴν Αἴγυπτο, δὲν εἶδαν τὴν γῆ τῆς ἐπαγγελίας.

Δὲν φοβεῖσαι τὸ παράδειγμα; Δὲν φρίττεις γιὰ τὴν πολυφαγία, μήπως σὲ ἀποκλείσει ἀπὸ τὰ ἐλπιζόμενα ἀγαθὰ; Ἄλλ' οὔτε ὁ σοφὸς Δανιὴλ θὰ ἔβλεπε τὰ ὄραματα, ἐὰν μὲ τὴ νηστεία δὲν ἔκανε καθαρότερη τὴν ψυχὴ. Διότι ἀπὸ τὴν παχειὰ τροφή κατὰ κάποιο τρόπο καπνώδεις ἀναθυμιάσεις ἀνερχόμενες, σὰν

πυκνὸ σύννεφο, διακόπτουν τὶς ἐλλάμψεις ποὺ ἔρχονται ἀπὸ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα στὸ νοῦ. Ἐὰν δὲ καὶ ἀγγέλων ὑπάρχει κάποια τροφή, εἶναι ὁ ἄρτος, καθὼς λέγει ὁ προφήτης: «ἄρτον ἀγγέλων [«Εἶναι ἡ λογικὴ καὶ οὐράνιος δύναμη ποὺ διατρέφονται οἱ ἄγγελοι», ἐξηγεῖ ὁ Μ. Ἀθανάσιος (βλέπε τόμος 6ος σελ. 262. Ε.Π.Ε.). Δὲν ἔχει καμμία σχέση με τὴν ὑλικὴ τροφή τοῦ ἀνθρώπου] ἔφαγεν ὁ ἄνθρωπος» (Ψαλμ. 77, 25). Ὅχι κρέας, οὔτε οἶνος, οὔτε ὅσα εἶναι στὴν φροντίδα τῶν δούλων τῆς κοιλιᾶς. Ἡ νηστεία εἶναι ὄπλο γιὰ τὴν ἐκστρατεία κατὰ τῶν δαιμόνων. «Διότι τὸ γένος αὐτὸ δὲν ἐξέρχεται, παρὰ μόνον μετὴν προσευχὴ καὶ τὴν νηστεία» (Μαρκ. 9, 28).

Καὶ τὰ μὲν ἀγαθὰ ποὺ προέρχονται ἀπὸ τὴν νηστεία εἶναι τόσα πολλά· ὁ δὲ κορεσμὸς εἶναι ἡ ἀρχὴ τῶν πτώσεων. Διότι συγχρόνως εἰσορμᾷ μετὴν τρυφὴ καὶ τὴν μέθη καὶ τὰ ποικίλα καρυκεύματα κάθε εἶδος κτηνώδους ἀκολασίας. Ἀπ' ἐδῶ οἱ ἄνθρωποι γίνονται ἵπποι θηλυμανεῖς» (Ἰερεμ. 5, 8) ἀπὸ τὸν οἶστρο τῆς τρυφῆς ποὺ γεννᾶται στὴν ψυχὴ. Οἱ διαστροφές τῆς φύσεως προέρχονται ἀπὸ τοὺς μεθύσους, ποὺ ἐπιζητοῦν τὴν μὲν γυναῖκα στὸν ἄνδρα, τὸν δὲ ἄνδρα στὴν γυναῖκα. Ἡ νηστεία ὁμῶς γνωρίζει ὅρια καὶ στὰ ἔργα τοῦ γάμου καὶ τιμωρώντας τὴν ἀμετρία τῶν ἐπιτρεπομένων ἀπὸ τὸ νόμο, ἐπιφέρει σύμφωνη ἀνάπαυλα, γιὰ νὰ ἀφιερωθοῦν στὴν προσευχὴ (Α΄ Κορ. 7, 5).

10. Μὴ λοιπὸν περιορίζεις τὸ καλὸ τῆς νηστείας στὴν ἀποχή μόνον ἀπὸ τὰ φαγητά. Διότι ἡ ἀληθινὴ νηστεία εἶναι ἀποξένωση ἀπὸ τὰ κακά. «Νὰ λύσεις τὰ δεσμὰ τῆς ἀδικίας» (Ἠσ. 63, 6)· συγχώρησε τὸν πλησίον γιὰ τὴν λύπη, συγχώρησε τὸν γιὰ τὰ χρέη. «Νὰ μὴ νηστεύετε χάριν διαμάχης καὶ φιλονικίας» (Ἠσ. 63, 4). Δὲν τρώγεις κρέατα, ἀλλὰ τρώγεις τὸν ἀδελφὸ σου. Δὲν πίνεις οἶνο, ἀλλὰ δὲν εἶσαι ἐγκρατὴς σὺς ὕβρεις. Περιμένεις τὸ βράδυ γιὰ νὰ λάβεις

τροφή, αλλά ξοδεύεις τὴν ἡμέρα στὰ δικαστήρια. «Ἀλλοίμονο σ' αὐτοὺς ποὺ δὲν μεθοῦν μέκραςί» (Ἠσ. 28, 1).

Ὁ θυμὸς εἶναι ἡ μέθη τῆς ψυχῆς, διότι τὴν κάνει παράφρονα ὅπως ὁ οἶνος. Ἡ λύπη εἶναι μέθη καὶ αὐτή, διότι καταπνίγει τὴν διάνοια. Ὁ φόβος εἶναι ἄλλη μέθη, ὅταν συμβαίνει ἐκεῖ ποὺ δὲν πρέπει. «Διότι, ἀπὸ τὸν φόβο, λέγει, τοῦ ἐχθροῦ νὰ ἀπαλλάξεις τὴν ψυχὴ μου» (Ψαλμ. 63, 2). Καὶ γενικά, καθένα ἀπὸ τὰ πάθη ποὺ παραλογίζει τὸ νοῦ δικαίως θὰ ὀνομαζόταν μέθη. Σκέψου, παρακαλῶ, τὸν ὀργιζόμενο πῶς μεθᾶ ἀπὸ τὸ πάθος. Δὲν εἶναι ὁ ἴδιος κύριος τοῦ ἑαυτοῦ του· ἀγνοεῖ τὸν ἑαυτό του, ἀγνοεῖ τοὺς παρόντες, σὰν νὰ μάχεται μέσα στὴ νύχτα τὰ πιάνει ὅλα, σκοντάφτει σ' ὅλα, δὲν ξέρει τί λέγει, εἶναι δυσκολοσυγκράτητος, ὑβρίζει, κτυπᾶ, ἀπειλεῖ, ὀρκίζεται, κραυγάζει, ξεσχίζεται. Ἀπόφυγε αὐτὴ τὴν μέθη, μήτε νὰ καταδεχθεῖς τὴν μέθη ἀπὸ τὸν οἶνο. Νὰ μὴν περιφρονήσεις τὴν ὑδροποσία ἀπὸ τὴν οἰνοποσία. Νὰ μὴν σὲ ὀδηγήσει ἡ μέθη στὴ νηστεία. Δὲν ὑπάρχει εἴσοδος στὴ νηστεία ἀπὸ τὴν μέθη· οὔτε βέβαια ἀπὸ τὴν πλεονεξία στὴν δικαιοσύνη, οὔτε ἀπὸ τὴν ἀκολασία στὴ σωφροσύνη, οὔτε, γιὰ νὰ πῶ γενικά, ἀπὸ τὴν κακία στὴν ἀρετή. Ἄλλη εἶναι ἡ θύρα γιὰ τὴ νηστεία.

Ἡ μέθη εἰσάγει στὴν ἀκολασία, καὶ ἡ ἐγκράτεια στὴ νηστεία. Ὁ ἀθλητὴς προγυμνάζεται, ὁ νηστευτὴς προεγκρατεύεται. Μὴ θέτεις τὴν μέθη πρὸ τῶν πέντε ἡμερῶν, σὰν νὰ ἐκδικεῖσαι τὶς ἡμέρες, οὔτε σὰν νὰ ἐξαπατᾶς μὲ σοφίσματα τοῦ νομοθέτη. Καθ' ὅσον μάλιστα ἀνώφελα κοπιάζεις, τὸ μὲν σῶμα νὰ διαλύεις, οὔτε δὲ νὰ παρηγορεῖσαι γιὰ τὴν στέρηση. Ἡ ἀποθήκη εἶναι ἀναξιόπιστη, ἀντλεῖς σὲ τρυπημένο πιθάρι. Διότι ὁ μὲν οἶνος διαρρέει, τρέχοντας τὸν ἴδιο δρόμο, ἡ δὲ ἀμαρτία παραμένει. Ὁ δοῦλος δραπετεύει ὅταν τὸν κτυπᾶ ὁ κύριος, σὺ ὅμως παραμένεις στὸν οἶνο, ποὺ καθημερινὰ σοῦ κτυπᾶ τὸ κεφάλι; Μέτρο ἄριστο τῆς χρήσεως τοῦ οἴνου, ἡ ἀνάγκη τοῦ σώματος (Α' Τιμ. 5, 23). Ἐὰν δὲ φύγεις ἔξω ἀπὸ τὰ ὅρια, αὔριο θὰ εἶσαι

μὲ βαρὺ κεφάλι, θὰ χάσκεις, θὰ ζαλίζεσαι, θὰ μυρίζεις κρασίλα· ὅλα θὰ σοῦ φαίνονται ὅτι γυρίζουν, ὅλα ὅτι κλονίζονται. Ἡ μέθη βέβαια ὑπνο μὲν φέρει, ἀδελφὸ του Θανάτου, ἐγρήγορση δὲ πού μοιάζει μὲ ὄνειρα.

11. Ἄραγε γνωρίζεις ποιὸς εἶναι αὐτὸς πού πρόκειται νὰ ὑποδεχθεῖς; Αὐτὸς πού μᾶς ὑποσχέθηκε, ὅτι «ἐγὼ καὶ ὀπατέρας θὰ ἔλθουμε, σ' αὐτὸν καὶ θὰ κατοικήσουμε μαζί» (Ἰω. 14, 23). Γιατί λοιπὸν δείχνεις προτίμηση στὴ μέθη καὶ κλείνεις τὴν εἴσοδο στὸν Δεσπότη; Γιατί προτρέπεις τὸν ἐχθρὸ νὰ προκαταλάβει τὰ ὀχυρώματά σου; Ἡ μέθη δὲν ὑποδέχεται τὸν Κύριο· ἡ μέθη ἀπομακρύνει τὸ ἅγιο Πνεῦμα. Διότι ὁ μὲν καπνὸς ἀποδιώχνει τὶς μέλισσες, ἡ κραιπάλη ἀποδιώχνει τὰ πνευματικὰ χαρίσματα.

Ἡ νηστεία εἶναι ἡ εὐπρέπεια τῆς πόλεως, ἡ σταθερότητα τῆς ἀγορᾶς, ἡ εἰρήνη τῶν σπιτιῶν, ἡ σωτηρία τῶν ὑπαρχόντων. Θέλεις νὰ δεῖς τὴν μεγαλοπρέπειά της; Σύγκρινε, παρακαλῶ, τὴν σημερινὴ ἑσπέρα μὲ τὴν αὔριο καὶ θὰ δεῖς νὰ μεταπίπτει ἡ πόλη ἀπὸ τὴν ταραχὴ καὶ τὴν ζάλη σὲ βαθειὰ γαλήνη. Εὐχομαι δὲ ἡ σημερινὴ νὰ μοιάζει μὲ τὴν αὐριανὴ κατὰ τὴν σεμνότητα καὶ ἡ αὐριανὴ νὰ μὴν ὑπολείπεται σὲ φαιδρότητα ἀπὸ τὴν σημερινή. Ὁ δὲ Κύριος πού μᾶς ὁδήγησε σ' αὐτὴ τὴν περίοδο τοῦ χρόνου, εἶθε νὰ μᾶς χαρίσει, κατὰ κάποιον τρόπο σὰν ἀγωνιστές, ἀφοῦ ἐπιδείξουμε στοὺς προκαταρκτικούς ἀγῶνες τὴν στερεότητα καὶ τὴν δύναμη τῆς καρτερίας, νὰ φθάσουμε καὶ στὴν κυρία ἡμέρα τῶν στεφάνων· τώρα μὲν τῆς ἀναμνήσεως τοῦ πάθους τοῦ Σωτῆρος, στὸν μέλλοντα δὲ αἰῶνα, τῆς ἀνταποδόσεως αὐτῶν πού ἔχουμε ἐμεῖς ζήσει κατὰ τὴν δίκαιη κρίση αὐτοῦ τοῦ Χριστοῦ, διότι σ' αὐτὸν ἀνήκει ἡ δόξα στοὺς αἰῶνες. Ἀμήν.

Πηγή: Ἱερά Μονὴ Αγίου Ἰωάννου Καρέα

Επιμέλεια: π. Στέφανος Κωστόπουλος

(Καθεδρικός Ἱερός Ναός Αγίας Τριάδος Βύρωνος)