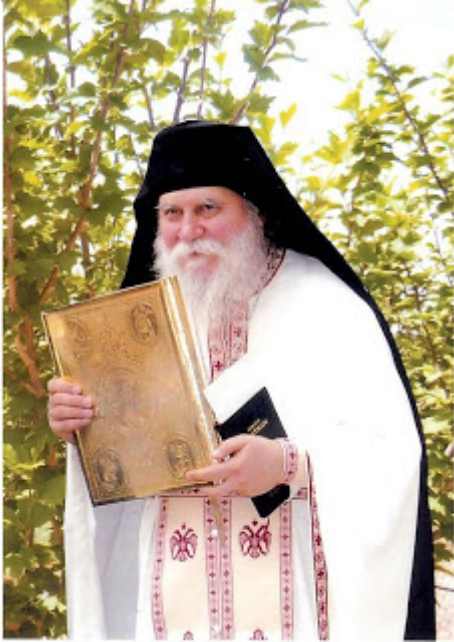


## Η νηστεία των Χριστουγέννων (Του μακαριστού Αρχιμ π. Μάρκου Κ.Μανώλη)

/ [Θεολογία και Ζωή](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Του μακαριστού Αρχιμανδρίτου π. Μάρκου Κ. Μανώλη

Εις την ορθόδοξον Εκκλησίαν μας, ευλαβείς χριστιανοί, από τον μήνα Νοέμβριον αρχίζομεν να αισθανώμεθα μέσα εις το προεόρτιον κλίμα των Χριστουγέννων: Και με την νηστείαν, που αρχίζει την επομένην της εορτής του Αγίου Φιλίππου, αλλά και με τους θεσπεσίους ύμνους: «Ο εν μορφή Θεού υπάρχων, λέγει ο Άγιος Ιωάννης ο Δαμασκηνός, κλίνας ουρανούς κατέρχεται· τουτέστι, το αταπείνωτον αυτού ύψος αταπεινώτως ταπεινώσας συγκαταβαίνει τοις εαυτού δούλοις, συγκατάβασιν άφραστόν τε και ακατάληπτον συγκατέβη· και Θεός ων τέλειος, άνθρωπος τέλειος γίνεται, και επιτελείται το πάντων καινόν καινότατον, το μόνον καινόν υπό τον Ήλιον, δι' ου η άπειρος του Θεού εμφανίζεται δύναμις· τι γαρ μείζον τούγενέσθαι τον Θεόν άνθρωπον;». Και τούτο έγινε, κατά τον υμνογράφον από φιλανθρωπίαν, δια να σώση τον άνθρωπον, που είχε καταντήσει σπήλαιον ληστών, ο Χριστός έγειρε εις το σπήλαιον να γεννηθή σαν άνθρωπος. Και ήλθε να χωρέση εις αυτό το μικρόν σπήλαιον, δια να υψώση και να μεγαλώση ο άνθρωπος, που τόσον πολύ έπεσε με την παράβασιν. Χριστός γεννάται την πριν πεσούσαν αναστήσων εικόνα. Δια τούτο η Αγία μας Εκκλησία καθώρισε την νηστείαν των Χριστουγέννων. Εις τιμήν του Χριστού, που γεννάται και προς εξάλειψιν των ημετέρων αμαρτημάτων.

## Η θεολογική σημασία της νηστείας

Η νηστεία εθεσπίσθη υπό του Παναγάθου Θεού δια πρώτην φοράν εις τον παράδεισον. Αποτελεί την πρώτην εντολήν του Θεού προς τους πρωτοπλάστους. Η απαγορευτική εντολή του Θεού, να μη φάγουν ούτοι από τον καρπόν του δένδρου της γνώσεως του καλού και του κακού, αποτελεί «είδος νηστείας», λέγει ο Ιερός Χρυσόστομος (P.G. 49, 307). Ο Μέγας Βασίλειος, επίσης, χαρακτηριστικώς αναφέρει· «συνηλικιώτις εστι (η νηστεία) της ανθρωπότητος· νηστεία εν τω παραδείσω ενομοθετήθη» (P.G. 31, 168A).

Και ο Άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης τονίζει· «καθώς ο Θεός είπεν· “από παντός ξύλου φάγεσθε”, έτσι είπε και “από δε του ξύλου του γνωστού καλού και πονηρού ου φάγεσθε απ’ αυτού”. Το δε «ου φάγεσθε» νηστείας νομοθεσία εστί, κατά τον Βασίλειον και Γρηγόριον. Και σύγχρονος ανθρώποις άρα και αρχαιοτάτη δια τούτο αναδείκνυται η νηστεία, δι’ ο και τιμητέα» (Επιστολή προς Θωμάν, η Απολογία περί Μοναχισμού, «Ο.Τ.» 1-15 Αυγούστου 1973, αρ. φ. 191- 192).

Κατά τους αγίους Πατέρας, η νηστεία εις τον Παράδεισον συνίστατο εις την υποταγήν της θελήσεως του Αδάμ εις το θείον θέλημα. Παραβαίνοντες οι πρωτόπλαστοι την εντολήν του Θεού, παρέβησαν και τον νόμον της νηστείας. Η ακράτεια των πρωτοπλάστων κατέστη η αιτία της εκδιώξεως αυτών εκ του παραδείσου και της πτώσεως αυτών. Η εκδίωξις εκ του παραδείσου θα απεφεύγετο, εάν ούτοι εγκρατεύοντο· «επειδή ουκ ενηστεύσαμεν, εξεπέσαμεν του παραδείσου» διδάσκουν ο Μ. Βασίλειος και ο Ι. Χρυσόστομος (P.G. 31, 168B, P.G. 49, 307). Τα μύρια κακά, που προέρχονται εκ της γαστριμαργίας τονίζει και ο Άγιος Ιωάννης της Κλίμακος εις τον ιδ’ λόγον αυτού· «Αυτή εξώρισε τον Προπάτορα ημών Αδάμ από τον Παράδεισον και επροξένησε αυτώ κακά μυρία. Αυτή έκαμε τον Ησαύ και επρόδωκεν εις τον Ιακώβ τα εαυτού πρωτοτόκια (Γεν. κεφ. κε’). Αυτή εθανάτωσε τόσους Εβραίους εις την έρημον (Αριθμ. εφ. ια’). διατί επεθύμησαν να φάγωσι κρέατα να χορτάσωσιν. Αυτή είναι η αίτιος της ασχημοσύνης και εντροπής του Νώε (Γεν. κεφ. θ’), διατί αυτή τον εμέθυσε, και έπεσε να κοιμηθή, και εξεσκεπάσθη. Αυτή έκαμε τους Σοδομίτας και Γομορρίτας να κυλισθώσι εις τας ανδρομανίας, (Γεν. κεφ. ιθ’) και δια τούτο να κατακαυθώσι με πυρ ουράνιον. Αυτή είναι παραίτιος της μέμψεως και κατακρίσεως του Λωτ (Γεν. κ’. ιθ’). διατί τον έρριψε, αφ’ ου έφυγεν από τα Σόδομα, εις την μίξιν των θυγατέρων του. Αυτή είναι η εξολόθρευσις των υιών του Ηλεί του ιερέως (Α’ Βασ. κ’ 2 και 4), των σφαγιασθέντων εις τον πόλεμον· διατί έτρωγον τα κρέατα όπου εθυσίαζον πριν τα ετοιμάσωσι κατά την τάξιν και πριν τα φέρωσιν έμπροσθεν του Θεού να τα ψάλλωσιν. Αυτή είναι εκείνη οπού μας σύρει με την βίαν της (ωσάν να είχε χείρας·) εις τους απρεπείς λογισμούς και εις τους βδελυρωτέρους

μολυσμούς». Αλλ' όπως η ακρασία ωδήγησε τους γενάρχας του ανθρωπίνου γένους μακράν του παραδείσου, έτσι και η νηστεία επαναφέρει τους απογόνους αυτών εις εκείνον. Αντικειμενικός σκοπός της νηστείας είναι η επάνοδος του ανθρώπου εις τον παράδεισον.

Και ως λέγει ο Άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης, «καθώς δια της βρώσεως, του παραδείσου εξωρίσθημεν, ούτω πάλιν δια νηστείας εις αυτόν επανέλθωμεν» (Επιστολή προς Θωμάν). Όμως πατρίς της νηστείας δεν είναι μόνον ο παράδεισος, αλλά και ο ουρανός, όστις είναι τόπος των αγγέλων και των αγίων ταγμάτων.

Έτσι ο βίος των νηστευτών χαρακτηρίζεται υπό των Πατέρων ως «ισάγγελος»· η νηστεία δε ως κάτι το αγγελοποιόν», (όσιε πάτερ, των αγγέλων έφθασες τα τάγματα), η οποία αποβλέπει εις το να οδηγήση τους νηστευτάς εις την νοεράν απάθειαν την «εν ουρανώ και τοις εκεί αγιωτάτοις τάγμασι» κατά τον Ευστάθιον Θεσσαλονίκης (P.G. 135, 613A) ο Αγ. Νικόδημος παρατηρεί και τα εξής: «Διατί και ο Κύριος τας 40οντα ημέρας ενήστευσεν; Όχι δι' άλλο βέβαια πάρεξ, δια να μας δώση υπογραμμόν να επακολουθήσωμεν και ημείς εις τα ίχνη Του» (Επιστολή προς Θωμάν).

### **Η νηστεία ως μέσον πνευματικής τελειώσεως**

Η νηστεία είναι το σπουδαιότερον μέσον, δια του οποίου επιτυγχάνεται η πνευματική ανάτασις και πρόοδος του ανθρώπου. Ο νηστεύων καθίσταται όλος πνεύμα και δεν αναλογίζεται το βάρος του σώματος.

Αύτη καθιστά λεπτόν τον νουν του ανθρώπου. «Ει βούλει ισχυρόν ποιήσαι τον νουν, δάμασον την σάρκαν δια νηστείας», λέγει ο Μέγας Βασίλειος (P.G. 31, 180A). Η νηστεία συντελεί τα μέγιστα εις την σωφροσύνην των παθών. Τα αντίθετα ακολουθούν από την γαστριμαργίαν. Η νηστεία είναι κυρίως η «από παντός πάθους αλλοτρίωσις».

Ο νηστευτής καθίσταται ανδρείος εις τον αγώνα κατά των παθών και αποκρούει ευκολώτερα τους πειρασμούς και τον «επιστατούντα τοις τοιούτοις δαίμονα». Περιστέλλει τα πάθη του και έτσι επιτυγχάνει το «μετριοπαθές» και «απαθές». Αντιθέτως ο νους του μη νηστεύοντος καθίσταται δούλος των παθών. Και ως λέγει ο Άγιος Νικόδημος, «η τροφή αυξάνει τα πάθη, κατασταίνουσα το λογικόν ζών, τον άνθρωπον, να δουλεύη εις την γαστέρα και τα υπό την γαστέρα» (Επιστολή προς Θωμάν).

(Συμβουλευτικόν εγχειρίδιον. Περί φυλακής της γεύσεως!) Το στόμα, λέγει ο Άγιος Γρηγόριος ο Νύσσης, ομοιάζει με τρύπιον πιθάρι, το οποίον πάντοτε γεμίζει και πάντοτε μένει άδειο και με ένα λόγον είναι αχόρταστος Άδης. Δια τούτο ο χριστιανός καλείται να αποκλείση τα πλούσια τραπέζια, τας τροφάς και τας

σπατάλας. Διότι αυτά δεν επενοήθησαν δια την ανάγκην και συντήρησιν του σώματος, αλλά δια μόνην την ηδονήν. Τα πολυποίκιλα φαγητά γεννούν πάθη και κακίας της ψυχής και του σώματος, όπως είναι η λαιμαργία, η μέθη, η παραλυσία και τα βαθύτερα, η πορνεία και η αρσενοκοιτία.

Και γενικώς όλα τα σαρκικά πάθη τα ενεργούμενα από την γαστέρα, αυτά είναι τα αποτελέσματα της τρυφής. Η τρυφή, λέγει ο Άγιος Νικόδημος, απομακρύνει και της ευσεβείας και φανερώνουν τούτο οι Ισραηλίται, δια τους οποίους έχει λεχθή «ελιπάνθη, επαχύνθη, επλατύνθη και εγκατέλιπε Θεόν τον ποιήσαντα αυτόν» (Δευτ. λβ´15).

Επίσης εκείνοι, τους οποίους αναφέρει ο Απόστολος Παύλος εις την προς Φιλιππησίους, ονομάζων αυτούς εχθρούς του σταυρού «ων Θεός η κοιλία, και η δόξα εν τη αισχύνη αυτών» (Φιλιπ. γ´ 19). Και οι σύγχρονοι αιρετικοί, οι οποίοι δια την τρυφήν και γαστριμαργίαν, κατήργησαν την νηστείαν, όπως είναι οι παπικοί και προτεστάντες και οι άπιστοι και άθεοι και μασώνοι. Λέγουν πολλοί. Και τι κακόν είναι να φάγη κανείς και να πιή; Τα φαγητά και τα ποτά δεν είναι αμαρτία.

Ο Θεός δεν τιμωρεί τον άνθρωπον από του φαγητού και του ποτού κ.λπ. Αυτά όμως είναι ανόητα και αστήρικτα, διότι η τροφή, η γαστριμαργία, τα φαγοπότια κρημνίζουν τους ανθρώπους εις τα πάθη της σαρκός, εις την αθείαν και την ασέβειαν. Διότι αι εκ της τρυφής αναθυμιάσεις όχι μόνον εμποδίζουν, ως νέφη τον εκ του Αγίου Πνεύματος φωτισμόν και τον διώκουν από τον νου, αλλά και σκοτίζουν την φυσικήν διάκρισιν του λογικού και καθιστούν τον ταλαίπωρον άνθρωπον σαν άλογον ζώον να ορμά εις τας κτηνώδεις επιθυμίας.

Έτσι βεβαιοί ο Μ. Βασίλειος, ο οποίος λέγει: «Εκ γαρ της παχείας τροφής οίον αιθαλώδεις αναθυμιάσεις ανα- πεμπόμεναι, νεφέλης δίκην πυκνής τας από του Αγίου Πνεύματος εγγινομένας ελλάμψεις επί τον νουν διακόπτουσι» (Λογ. α´ περί νηστείας) και ο Αλεξανδρείας θείος Κύριλλος συμπληρώνει: «Τρυφή γαρ άπασα κοσμική, γλυκείαν μεν έχει την παραυτικά μέθεξιν, σκοτοί δε δη λίαν, και εκμεθύσκει δεινώς τον εισδεδεγμένον αυτήν» (Τομ. β´ της Οκτατεύχου σελ. 918).

Όλους βεβαίως τους βλάπτει η τρυφή, αλλά περισσότερο τους νέους. Αν το θηρίον του νεανικού σώματος είναι καθ' αυτό ακαταδάμαστον και εν ελλείψει τροφής, ποίαν άραγε αγριότητα προσλαμβάνει, όταν χορτάση; Δια τούτο είπεν ο Θεολόγος Γρηγόριος «Αρκετόν τω σώματι η κακία αυτού· Τι δε δει τη φλογί πλείονος ύλης η τω θηρίω δασιλε- στέρας τροφής; ίνα μάλλον δυσκάθεκτον γένηται, και του λογισμού βιαιότερον; (Λογ. εις την Πεντηκοστ.).

\* \* \*

Πάντοτε λοιπόν και όταν τρώγης και όταν πίνη να ενθυμήσαι το ψαλμικόν «τις ωφέλεια εν τω αίματί μου εν τω καταβαίνειν εις διαφθοράν;» (Ψαλμ. κθ´ 11) και συν εχώς λέγε αυτό συμβουλεύει ο Μέγας Βασίλειος, δια να εμποδίσης την πολυφαγίαν και πολυποσίαν.

Ομοίως η νηστεία καθιστά την ψυχήν του νηστευτού «απρόσβατον δαίμοσιν». Η ψυχή δια της νηστείας ενδυναμούται, αποκρούουσα ευχερέστερον τας στρατιάς των δαιμόνων. «Νηστεία, λέγει ο Μέγας Βασίλειος, όπλον εστί προς την κατά των δαιμόνων στρατείαν» (P.G. 31, 180C). Ακόμη δε η νηστεία και δαιμόνια εκβάλλει· «τούτο γαρ το γένος, είπεν ο Κύριος, εν ουδενί δύναται εξελθείν, ει μη εν προσευχή και νηστεία» (Μαρκ. 9, 29). Έτσι δια της νηστείας ο χριστιανός προοδεύει εις την εν Χριστώ Ζωήν.

### **Νηστεία και αρεταί**

Η νηστεία κατά τους αγίους Πατέρας πρέπει να συνοδεύεται και από αρετάς και κυρίως από την αγάπην, την προσευχήν και την ελεημοσύνην. Η νηστεία αποστελεί την ρίζαν του δένδρου των αρετών. Η αγάπη αποτελεί την πρώτην αρετήν του δένδρου της νηστείας. Οι πατέρες τονίζουν ότι η νηστεία εν τη πληρότητι αυτής βιούται επιτυχέστερον από τους μακράν του κόσμου ζώντας μοναχούς.

Ο ι. Χρυσόστομος τονίζει σχετικώς: ούτοι (οι μοναχοί) τους εν μέσω θορύβους φεύγοντες και προς τας κορυφάς των ορέων αναδραμόντες και τας καλύβας εν τη της ερημίας ησυχία καθάπερ εν ευδεινώ τινι λιμένι πηξάμενοι, ταύτην (την νηστείαν) συνέμπορον και συγκοινωνόν του βίου παντός έλαβον» (P.G. 49, 307). Το στάδιον της νηστείας είναι και στάδιον εξασκήσεως αρετών και αγάπης. Αγάπης προς τον Θεόν και τον πλησίον. Η νηστεία επιτυγχάνεται δια της αγάπης. Εάν λείπη η αγάπη, τότε η ψυχή του ανθρώπου ερημούται παντός αγαθού.

Η νηστεία συμπληρούται και δια των αρετών της προσευχής και της ελεημοσύνης. «Νηστεία ομόζυγος προσευχής», τονίζει ο ι. Χρυσόστομος (P.G. 49, 307). Δια της προσευχής η καθαρθείσα δια της νηστείας ψυχή υψούται ευχερέστερον προς τον Θεόν.

Η προσευχή καθίσταται συνεργός της νηστείας εις τον αγώνα του χριστιανού κατά των δαιμόνων. Δια αυτής οι δαίμονες φυγαδεύονται, οι δε πονηροί λογισμοί διαλύονται. Η νηστεία, λέγει ο Μέγας Βασίλειος, στέλλει την προσευχήν εις τον ουρανόν. (P.G. 31, 173 C). Η αγαθή όμως προσευχή αποτελεί γνώρισμα του ελεήμονος νηστευτού.

Η δια της νηστείας περίσσεια πρέπει να δίδεται εις τους πτωχούς. (Απ. Διαταγαί, βιβλ. Ε΄, κεφ. κ΄. Ιγνάτιος Θεοφόρος προς Φιλίπ. 13, P.G. 5, 937A). Αλλά δια να επιτευχθή η σωτηρία των νηστευτών απαιτείται, όπως η ελεημοσύνη των είναι «κανονική».

Και όπως ερμηνεύει ο Ευστάθιος Θεσσαλονίκης «έλεον υμίν υποτίθεμαι, ου τον απλώς, αλλά τον κανονικόν, τον από δικαίου πονήματος..., τον μη από κλεμμάτων, τον μη εξ αρπαγής, τον μη από συκοφαντιών και διαβολών, μήποτε δε τον εκ τόκου αθέσμου» (P.G. 135, 616 Ο΄ – 617 Α΄) . Η τοιαύτη ελεημοσύνη καθιστά τον νηστευτήν φιλάδελφον και φιλόθεον.

Αγαπητοί,

Ένας μεγάλος μυστικός της Ορθοδοξίας, ο άγιος Συμεών ο νέος Θεολόγος, σημειώνει αυτά τα βαθυστόχαστα λόγια. «Καλότυχος είναι εκείνος, οπού ιδεί το φως του κόσμου, ήγουν τον Χριστόν, πως εμορφώθη μέσα του· ότι αυτός θέλει νομισθή Μήτηρ Χριστού, έχοντας τον Χριστόν μέσα του, ωσάν βρέφος, καθώς ο αψευδέστατος Κύριος υπεσχέθη μόνος του: «Μήτηρ μου και αδελφοί μου και φίλοι μου ούτοι εισίν, οι ακούοντες τον λόγον του Θεού και ποιούντες αυτόν». Αυτό το ποιούντες κατά την περίοδον της νηστείας των Χριστουγέννων θα πρέπει να προσεχθή ιδιαιτέρως. Αι αρεταί δεν κατορθώνονται δίχως στερήσεις και βία. Δια τον ορθόδοξον χριστιανόν, ο εορτασμός και πανηγυρισμός των Χριστουγέννων είναι πνευματικός.

«Ας τιμήσωμεν, λέγει ένας εκκλησιαστικός συγγραφεύς, την ημέραν την δεσποτικήν, ας δοξάσωμεν τον Χριστόν, όχι με χορούς, μέθαις και αργολογίαις, όχι με παιγνίδια και τραγούδια και όσα χαίρεται ο δαίμονας, όταν τα κάμνωμεν, όχι με καλοφαγίαις, αλλά με ευχαριστίαις, με δοξολογίαις, με καθάραν καρδίαν, με όσα χαίρεται και δοξάζεται ο Θεός.

Μη στολιζώμεθα άνδρες και γυναίκες, ότι γη και χώμα θέλομεν γένει· μη υπερηφανευώμεθα εις ρούχα και στολίδια και φορεσιαίς, ότι ο θάνατος μας απανταχαίνει· μη πορνεύωμεν και μαινιώμεθα, ότι το πυρ το αιώνιον και η γέεννα του πυρός ετοιμάζεται δια τους τοιούτους· μη μεθύωμεν και πολυτρώγωμεν ότι αύριον πάλιν θέλομεν πεινάσει, ωσάν να μη είχαμεν φάγει· Τι κερδαίνομεν από την μέθην; Τι αυγατίζομεν καλόν της ψυχής μας, εάν πολυφάγωμεν και εξοδιάσωμεν;

πόσοι επέρασαν τέτοιαις ημέραις, με παιχνίδια, με χορούς, μεθυσμένοι, εξοδιασμένοι!

Αλλά τώρα είναι χώμα μοναχόν εις την γην, και καλότυχοι, εάν έκαμαν καλόν δια την ψυχήν τους. Τους πτωχούς, αδελφοί μου, ας θρέψωμεν, τους γυμνούς ας ενδύσωμεν, τους πεινασμένους ας χορτάσωμεν, τους διψασμένους ας ποτίσωμεν, τους ασθενείς ας κοιτάξωμεν, τους φυλακισμένους ας επισκεφθώμεν, τους ξένους ας φιλοξενήσωμεν, τους αμαρτωλούς ας κλαύσωμεν, τους αγίους ας επαινέσωμεν... Τότε να ειπούμεν ότι εορτάσαμεν και επανηγυρίσαμεν: τότε να δεχθή και ο Θεός την εορτήν μας· τότε να χαρούσιν οι άγγελοι» τότε να έλθη, δια να κατοικήση με την αγάπην του μέσα μας το ξένον και παράδοξον Μυστήριον, ο του Θεού Λόγος, το θείον Βρέφος της Βηθλεέμ, ο Κύριος ημών Ιησούς Χριστός. (Π.Β. Πάσχου, Έρωσ Ορθοδοξίας, β' σελ. 33-34).

**\* Ομιλία εις την αίθουσαν της Π.Ο.Ε. (Κάνιγγος 10) 10.11.1975.**

Ορθόδοξος Τύπος, 8/11/2013

Πηγή: [http://aktines.blogspot.gr/2013/11/blog-post\\_11.html#more](http://aktines.blogspot.gr/2013/11/blog-post_11.html#more)