

ΟΙ ΝΕΟΙ ΠΟΥ ΝΗΣΤΕΥΟΥΝ ΑΠΟΚΤΟΥΝ ΙΣΧΥΡΗ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Άγ. Ιωάννης Χρυσόστομος](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#) / [Πεμπτουσία](#)

Image not found or type unknown



Ένα από τα μεγαλύτερα λάθη που κάνουν οι γονείς στη διαπαιδαγώγηση των παιδιών τους είναι να μην τους λένε ποτέ όχι σε ό,τι ζητούν. Δεν είναι δυνατόν το παιδί του γείτονα να έχει τάμπλετ και το δικό μας να μην έχει, ασχέτως αν το χρειάζεται ή όχι.

Η νηστεία είναι μια αφορμή να εκπαιδεύσουμε τα παιδιά μας, ώστε όταν αργότερα συναντήσουν δυσκολίες και στερήσεις στη ζωή τους να μην απελπιστούν αλλά να αγωνίζονται.

Ας τους υπενθυμίζουμε κάθε Τετάρτη και Παρασκευή: «Παιδί μου ο Χριστός έπαθε και σταυρώθηκε ως άνθρωπος, χωρίς να φταίει σε τίποτα για να μας γλυτώσει από την αμαρτία, τον θάνατο και τον διάβολο. Όταν εμείς νηστεύουμε τις δύο αυτές ημέρες Του εκφράζουμε την ευγνωμοσύνη μας. Η νηστεία μας υπενθυμίζει ότι πρέπει να βάζουμε σε δεύτερη μοίρα τα υλικά αγαθά και να αγωνιζόμαστε

περισσότερο για την απόκτηση των αρετών».

Ο νέος που εξασκήθηκε από μικρός να λέγει όχι σε ορισμένες τροφές, όπως το κρέας και το γάλα τις ημέρες της νηστείας, θα έχει και την ψυχική δύναμη να πει όχι όταν κάποιος του προτείνει το τσιγάρο ή τα ναρκωτικά. Και για τις σαρκικές ορμές, ειδικά στην περίοδο της εφηβείας, η νηστεία είναι το ισχυρότερο φάρμακο. Στο Γεροντικό διαβάζουμε: «η νηστεία είναι χαλινάρι που συγκρατεί τις κατώτερες ορμές. Όποιος την περιφρονεί μοιάζει με αχαλίνωτο άλογο.»

Πόσα παιδιά στις μέρες μας δεν είναι παχύσαρκα! Από μικρά οι γονείς τα κυνηγούν με το κουτάλι στο χέρι πριν καν πεινάσουν. Κάποτε τα παιδιά είχαν ως βασική τροφή τα φρούτα που έκοβαν από τα δέντρα της γειτονιάς. Σήμερα τρώνε κάθε μέρα κρέας. Οι επιστήμονες απέδειξαν, ότι η πρώτη αιτία καρκίνου είναι το κόκκινο κρέας και καλούν πια τους ανθρώπους να κάνουν την διατροφή των Ορθοδόξων Μοναστηριών με περισσότερα ψάρια και λαχανικά. Οι μοναχοί που τηρούν όλες τις νηστείες ζουν ενενήντα και εκατό χρόνια. Οι κινήσεις τους είναι ζωηρές, ενώ ο νους τους είναι εύστροφος και καθαρός.

Όταν παχαίνει ο άνθρωπος τότε το σώμα και η ψυχή μαθαίνουν στη μαλθακότητα. Ας εμπνεύσουμε στα παιδιά μας την άσκηση και την σκληρή προπόνηση που κάνουν οι αθλητές για να γίνουν πρωταθλητές. Πόσες κοπέλες δεν κάνουν εξαντλητικές δίαιτες για να αποκτήσουν καλλίγραμμο σώμα φτάνοντας μάλιστα πολλές φορές στην ασθένεια της νευρικής ανορεξίας! Η Εκκλησία μας με τις καθιερωμένες νηστείες και την διάκριση του πνευματικού μας, μάς δείχνει το μέτρο, αλλά και τον ουσιαστικό λόγο για τον οποίο νηστεύουμε που είναι η κάθαρση της καρδιάς μας από τα πάθη.

Παιδοκτόνους ονομάζει ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος όσους γονείς φροντίζουν μόνο για τις βιοτικές ανάγκες των παιδιών τους και παραμελούν την ψυχική τους καλλιέργεια. «Φροντίζουμε με επιμέλεια για της ανάγκες τους και τα κτήματά τους, ενώ την ψυχή τους την περιφρονούμε, δείχνοντας μια ασύγγνωστη αφροσύνη. Διότι τα κτήματα και αν ακόμη είναι πολλά και πολυτελή, χάνονται και φεύγουν και βλάβη προξενούν, όταν αυτός που τα έχει δεν διακρίνεται για την αρετή του».

Ας μη βρίσκουμε δικαιολογίες να μη νηστεύουμε τα παιδιά μας όπως διαβάζει, κουράζεται, νοιώθει αδύναμο, γκρινιάζει, διότι η νηστεία φέρνει την υγεία της ψυχής και του σώματος, σπάει τον εγωισμό του ανθρώπου, μαθαίνει το νέο να είναι ευτυχισμένος με τα λίγα και να χαλιναγωγεί τα πάθη με αποτέλεσμα να αποκτά μια ισχυρή και ελεύθερη προσωπικότητα.