

ΝΗΣΤΕΙΑ

Για τη νηστεία της Ορθόδοξης
Εκκλησίας

«Νὰ εἶναι πιὸ ἀπλὰ τὰ φαγητά μας. Νὰ μὴν ἀσχολούμαστε τόσο πολὺ μὲν (Γέρων Πορφύριος)



«Παχεία γαστήρ λεπτόν οὐ τίκτει νόον»

Ἅγιος Πορφύριος Καυσοκαλυβίτης (ἀγιοκατατάχθηκε ἀπὸ τὴν Σύνοδο τοῦ Οἰκουμενικοῦ Πατριαρχείου
συνεδρίαση τῆς 27ης Νοεμβρίου 2013)

Δὲν γίνεστε ἅγιοι κυνηγώντας τὸ κακό. Ἄστε τὸ κακό. Νὰ κοιτάζετε πρὸς τὸν Χριστὸ κι αὐτὸ θὰ σᾶς σώσει. Ἄνθρωπο εἶναι ἡ ἀγάπη, ἡ λατρεία πρὸς τὸν Χριστό, ἡ ὁποία δὲν μπορεῖ νὰ ἐκφραστεῖ, δὲν μπορεῖ, δὲν μπορεῖ νὰ κάνει ἀσκήσεις, νὰ κάνει τέτοια πράγματα καὶ νὰ καταπονεῖ τὸν ἑαυτό του γιὰ τὴν ἀγάπη τοῦ Θεοῦ.

Κανεὶς ἀσκητὴς δὲν ἁγίασε χωρὶς ἀσκήσεις. Κανεὶς δὲν μπόρεσε ν' ἀνέλθει στὴν πνευματικότητα χωρὶς ἀσκήσεις. Ἀσκησιεῖς εἶναι οἱ μετάνοιες, οἱ ἀγρυπνίες κ.λπ., ἀλλὰ ὄχι μὲ βία. Ὅλα νὰ γίνονται μὲ χαρά.

Δὲν εἶναι οἱ μετάνοιες ποὺ θὰ κάνουμε, δὲν εἶναι οἱ προσευχές, εἶναι τὸ δόσιμο, ὁ ἔρωτας γιὰ τὰ πνευματικά. Ὑπάρχουν πολλοὶ ποὺ τὰ κάνουνε αὐτὰ ὄχι γιὰ τὸν Θεὸ ἀλλὰ γιὰ ἄσκησι, γιὰ ὡφέλεια πνευματικοῦ ἀνθρώπου τὸ κάνουνε γιὰ ψυχικὴ ὡφέλεια, γιὰ τὸν Θεό. Ἀλλὰ καὶ τὸ σῶμα ὡφελεῖ καλὰ ἔρχονται.

Μέσα στὴν ἄσκηση, τὶς μετάνοιες, τὶς ἀγρυπνίες καὶ τὶς ἄλλες κακουχίες εἶναι καὶ ἡ νηστεία. «Παχεία γιὰ τὸ γνωρίζω αὐτὸ ἀπὸ τοὺς Πατέρες. Ὅλα τὰ πατερικὰ βιβλία μιλοῦν γιὰ τὴ νηστεία. Οἱ Πατέρες τουρίζουν φαγητὰ ἢ λιπαρὰ καὶ παχιά, γιὰτὶ κάνουν κακὸ στὸ σῶμα ἀλλὰ καὶ στὴν ψυχὴ. Λένε ὅτι τὸ προβατάκι τρώει τόσο ἡσυχῶ. Εἶδατε ποὺ λένε, «σὰν τὸ πρόβατο». Ἐνῶ ὁ σκύλος ἢ ἡ γάτα κι ὅλα αὐτὰ τὰ σαρκοφάγα εἶναι κάνουν κακὸ στὸν ἄνθρωπο. Κάνουν καλὸ τὰ χόρτα, τὰ φρούτα κ.λπ. Γι' αὐτὸ οἱ Πατέρες μιλοῦν γιὰ νηστεία καὶ τὴν ἡδονὴν ποὺ αἰσθάνεται κανεὶς μὲ τὰ φαγητὰ τὰ πλούσια. **Νὰ εἶναι πὸ ἀπλὰ τὰ φαγητὰ μας. Νὰ πολὺ μ' αὐτὰ.**

Δὲν εἶναι τὸ φαγητό, δὲν εἶναι οἱ καλὲς συνθῆκες διαβίωσης, ποὺ ἐξασφαλίζουν τὴν καλὴν ὑγίαν τοῦ Χριστοῦ. Ξέρω γιὰ ἀσκητὲς ποὺ νηστεύανε πολὺ καὶ δὲν εἶχανε καμιά ἀρρώστια. Δὲν κινδυνεύει νὰ νηστεύει. Κανεὶς δὲν ἔχει ἀρρωστήσει ἀπὸ τὴν νηστεία. Πιὸ πολὺ ἀρρωσταίνουν ἐκεῖνοι ποὺ τρῶνε κρέατα καὶ ποὺ εἶναι λιτοδίαιτοι. Εἶναι παρατηρημένο αὐτό. Νὰ τὸ πάρουμε καὶ ἀπὸ τὴν ἰατρικὴ ἐπιστήμη· τώρα τὸ ἐπιστήμητες νηστεύουν καὶ δὲν παθαίνουν τίποτε ὄχι ἀπλῶς δὲν παθαίνουν, ἀλλὰ θεραπεύονται ἀπὸ ἀρρώ

Γιὰ νὰ τὰ κάνετε ὁμῶς αὐτὰ, πρέπει νὰ ἔχετε πίστη. Ἀλλιῶς σὰς πιάνει λιγούρα. Ἡ νηστεία εἶναι τὸν ἔρωτα στὸ θεῖον, μπορεῖτε νὰ νηστεύετε μὲ εὐχαρίστηση κι ὅλα εἶναι εὐκόλα· ἀλλιῶς σὰς φαίνονται καρδιά τους στὸν Χριστὸ καὶ μὲ θερμὴ ἀγάπη ἔλεγαν τὴν εὐχὴ, κυριάρχησαν καὶ νίκησαν τὴν λαιμαργίαν καὶ

Ἐπὶ τῶν ἡμερῶν πολλοὶ ἄνθρωποι, ποὺ δὲν μπορούσαν νὰ νηστεύουν μιὰ μέρα καὶ τώρα ζοῦν μὲ χορτοφάγοι, ἀπλῶς γιὰτὶ πίστεψαν ὅτι αὐτὸ θὰ κάνει καλὸ στὴν ὑγείαν τους. Ἀλλὰ πρέπει νὰ τὸ πιστέψετε τίποτε, ποὺ δὲν τρώει κρέας. Ὅταν ὁ ἄνθρωπος βέβαια εἶναι ἀσθενής, δὲν εἶναι ἀμαρτία νὰ φάει πρὸς στιγμή νηστήσιμα.

Τὸ ἀλάτι χρειάζεται στὸν ὀργανισμὸ τοῦ ἀνθρώπου. Ἐπὶ τῶν ἡμερῶν μιὰ φήμη ὅτι τὸ ἀλάτι κάνει κακὸ. Δὲν εἶναι κακὸ. Καὶ εἶναι ὀρισμένοι μάλιστα ποὺ τὸ ἔχουν πολὺ ἀνάγκη.

Ἐγὼ τί ὄνειρα ἔχω! Γιὰ τὸ Ἅγιον Ὄρος δηλαδή. Παρήγγειλα σιτάρι, γιὰ νὰ ἀλέθουμε, νὰ φτιάχνουμε ψωμὶν καὶ νὰ τὰ φάμε διάφορα ὄσπρια καὶ νὰ τὰ ἀλέθουμε καὶ νὰ τὰ ἀνακατώνουμε, σιτάρι μὲ ρύζι, σόγια, σογιάλευρο καὶ τὰ κολοκύθια καὶ τὶς ντομάτες καὶ τὶς πατάτες κι ὅλα τὰ ἄλλα χορταρικά. Καὶ μὲ τὸν πατέρα Ἡσύχιον εἶχον πᾶμε νὰ γίνουμε ἐρημίτες κάπου καὶ νὰ σπεύρουμε σιτάρι καὶ νὰ τὸ μουσκεύουμε καὶ νὰ τὸ τρῶμε. Μήπως ἔρημο, ἔτσι δὲν ἔκανε;

Ἀλλὰ τώρα ἐμᾶς μᾶς κακοφαίνεται.

(Ἀπὸ τὸ βιβλίο «Βίος καὶ Λόγοι», ἐκδ. Τεραῖς Μόνης Χρυσοπηγῆς, Χανιά 2003.)

Πηγή εἰκόνας: Ἰ. Ἦσ. «Ἀνάστασις Χριστοῦ-Εμμαούς», Ἁγ. Βασίλειος Λαγκαδά.

Πηγή: http://hristospanagia3.blogspot.gr/2013/02/blog-post_2032.html

Share this:



Μου αρέσει!

Κάνε πρώτος/η like.

1 Response to «Νὰ εἶναι πιὸ ἀπλὰ τὰ φαγητά μας. Νὰ μὴν ἀσχολούμαστε τ (Γέρων Πορφύριος)

Παράθεμα: [Νηστίσιμο πρωινό και κεράσματα για κάθε γούστο! | ΝΗΣΤΕΙΑ](#)

ΝΗΣΤΕΙΑ

Blog στο WordPress.com.