

8 Μαρτίου 2022

## **Μ. Βασίλειος: Για μένα που προετοιμάζω με την εγκράτεια τους αθλητές της ευσέβειας...**

/ [Σοφίας Πατερικής Απαύγασμα](#)





*Μέγας Βασίλειος.*

(Επιμέλεια Στέλιος Κούκος)

### **Μεγάλου Βασιλείου, Λόγος β' περί νηστείας**

**1.** «Παρηγορείτε, λέγει, ιερείς τον λαόν. Λαλήσατε εις τας ακοάς της Ιερουσαλήμ»!

Η φύσις του λόγου είναι ικανή αφ' ενός μεν να εντείνη τας δυνάμεις των επιμελών, αφ' ετέρου δε να διεγείρη την προθυμίαν των νωθρών. Διά τούτο οι στρατηγοί, όταν παρατάσσουν τον στρατόν προς μάχην, μεταχειρίζονται τους προτρεπτικούς λόγους προ των αγώνων και η παραίνεσις έχει τόσην δύναμιν, ώστε πολλάς φορές να εμβάλλη εις πολλούς ακόμη και την περιφρόνησιν του θανάτου.

Οι δε γυμνασταί και οι εκπαιδευταί των νέων, όταν οδηγούν τους αθλητάς εις τους αγώνας των σταδίων, κάμνουν πολλάς προτροπάς περί του ότι πρέπει να

μοχθούν διά τα στεφάνια, ώστε πολλοί να πείθονται με την φιλοτιμίαν εις την νίκην να περιφρονούν τα σώματα.

Διά τούτο λοιπόν και εις εμέ που παρατάσσω τους στρατιώτας του Χριστού διά πόλεμον εναντίον των αοράτων εχθρών και που προετοιμάζω διά της εγκρατείας τους αθλητάς της ευσεβείας διά τα στεφάνια της δικαιοσύνης είναι αναγκαίος ο προτρεπτικός λόγος.

Τι λοιπόν λέγω, αδελφοί; Ότι αυτοί μεν που μελετούν τα πολεμικά πράγματα και ασκούνται εις τας παλαίστρας είναι φυσικόν με την αφθονίαν της τροφής να παχαίνουν τους εαυτούς των, ώστε δυναμικώτερα να καταπιάνωνται με τους αγώνας. Αυτοί δε που δεν παλαίουν με αίμα και σάρκα, αλλά «με τας αρχάς, με τας εξουσίας, με τους κοσμοκράτορας του σκότους τούτου, με τα πνευματικά της πονηρίας», αυτοί είναι ανάγκη να ασκούνται διά τον πόλεμον αυτόν διά της νηστείας και της εγκρατείας.

Διότι το μεν λάδι παχαίνει τον αθλητή δε νηστεία κάμνει ισχυρόν τον ασκητήν της ευσεβείας. Όστε όσον αφαιρείς από την σάρκα τόσον θα κάμης να απαστράπτη η ψυχή από πνευματικήν λαμπρότητα. Διότι η κυριαρχία επί των αοράτων εχθρών επιτυγχάνεται όχι με τας σωματικές δυνάμεις, αλλά με την καρτερίαν της ψυχής και την υπομονήν εις τας θλίψεις.

**2.** Νηστεία λοιπόν δι' αυτούς που την προτιμούν είναι ωφέλιμος καθ όλον τον χρόνον, διότι η δαιμονική επήρεια δεν αποθρασύνεται κατά του νηστεύοντος και επί πλέον οι φύλακες άγγελοι της ζωής μας με περισσοτέραν φιλοπονίαν παραμένουν εις αυτούς που με την νηστείαν έχουν αποκαθαρθή, πολύ δε περισσότερο τώρα, οπότε εις ολόκληρον την οικουμένην διαδίδεται το κήρυγμα.

Και δεν υπάρχει ούτε νησί, ούτε ήπειρος, ούτε πόλις, ούτε έθνος, ούτε άκρη γης, που να μη ακούεται το κήρυγμα. Επίσης και τα στρατόπεδα και οι ταξιδιώται και οι ναύται και οι έμποροι, όλοι ομοίως και ακούουν το παραγγέλημα και περιχαρώς το υποδέχονται. Όστε κανείς ας μη εξαιρέσει τον εαυτόν του από τον κατάλογον των νηστευόντων.

Εις αυτόν συμπεριλαμβάνονται όλα τα γένη και όλαι αι ηλικίαι και όλα τα διάφορα αξιώματα. Άγγελοι είναι αυτοί που κάμνουν την απογραφήν των νηστευόντων εις κάθε εκκλησίαν. Πρόσεχε μήπως εξ αιτίας μικράς ηδονής φαγητών χάσης αφ' ενός μεν την απογραφήν του αγγέλου, αφ' ετέρου δε καταστήσης υπόδικον τον εαυτόν σου εις τον στρατολόγον διά δίκην επί λιποταξία.

Ο κίνδυνος να τιμωρηθή κάποιος που έχει πετάξει την ασπίδα εις την μάχην είναι μικρότερος παρά από το να φανή ότι απορρίπτει το όπλον της νηστείας.

Είσαι πλούσιος; Μη υβρίζης την νηστείαν με το να απαξιώσης να την κάμης ομοτράπεζον μήτε να την αποπέμψης από το σπίτι σου ατιμασμένην από την ηδονήν, διά να μη σε καταγγείλη κάποτε εις τον νομοθέτην των νηστειών και σου επιφέρη πολλαπλασίαν την στέρησιν από καταδίκην ή σωματικήν αρρώστιαν ή κάποιαν άλλην δυσχερή περίστασιν.

Ο πτωχός να μη γίνεται ειρωνικός απέναντι της νηστείας, διότι από πολύ παλαιά την έχει σύνοικον και ομοτράπεζον.

Εις τας γυναίκας δε, όπως η αναπνοή, έτσι και η νηστεία είναι οικεία και φυσιολογική.

Τα παιδιά, όπως τα θαλερά από τα φυτά, έτσι με το νερόν της νηστείας να ποτίζονται.

Εις τους πρεσβυτέρους [ηλικιωμένους] η παλαιά οικείωσις που είχαν προς αυτήν κάνει ελαφρόν τον κόπον. Διότι οι κόποι που έχουν μελετηθή κατόπιν μακράς συνήθειας δεν προκαλούν τόσον πόνον εις τους γυμνασμένους.

Εις τους οδοιπόρους η νηστεία είναι καλός συνταξιδιώτης. Διότι όπως η τρυφή τους αναγκάζει να σηκώνουν βάρη, με το να κουβαλούν μαζί των τας απολαύσεις, έτσι η νηστεία τους κάμνει ελαφρούς και ευκινήτους.

Έπειτα, όταν αναγγελθή εκστρατεία έξω από τα όρια της χώρας, οι στρατιώται προμηθεύονται τα αναγκαία και όχι εκείνα που είναι προς τέρψιν.

Ημείς δε που εξερχόμεθα εις τον πόλεμον κατά των αοράτων εχθρών και που μετά την νίκην αυτών σπεύδομεν προς την ουράνιον πατρίδα δεν αρμόζει πολύ ττερισσότερον να τρεφώμεθα ωσάν εις στρατόπεδον και να αρκούμεθα εις αυτά που είναι αναγκαία;

*Από τον τόμο «Βασιλείου Καισαρείας του Μεγάλου, Άπαντα τα έργα, τόμος 6, Ομιλίας και λόγοι», της σειράς Έλληνες Πατέρες της Εκκλησίας, των Πατερικών Εκδόσεων «Γρηγόριος ο Παλαμάς», σε εισαγωγή, κείμενο, μετάφραση, σχόλια του δρ. Θεολογίας, και νυν ομότιμου καθηγητή Βασιλείου Ψευτογκά.*

<https://bit.ly/3pNA9Oy>