

6 Μαρτίου 2023

Εάν θέλεις να κάνεις ισχυρό το νου, να δαμάσεις την σάρκα με τη νηστεία!

/ [Σοφίας Πατερικής Απαύγασμα](#)

[Άγιος Βασίλειος ο Μέγας](#)





Άγιος Βασίλειος ο Μέγας.

(Επιμέλεια Στέλιος Κούκος)

Μέγας Βασίλειος Λόγος Α΄ για τη Νηστεία

Συνέχεια από εδώ: <http://www.pemptousia.gr/?p=366348>

9. Να φοβάσαι το παράδειγμα του πλούσιου. Εκείνον παρέδωσε στο πυρ η συνεχής τρυφή. Διότι αν και δεν κατηγορήθηκε για αδικία, αλλά για τρυφή ζωή, ετηγανιζόταν στην φλόγα της καμίνου. Για να σβήσουμε λοιπόν το πυρ εκείνο, χρειάζεται νερό. Και όχι μόνον για τα μέλλοντα πράγματα είναι ωφέλιμος η νηστεία, αλλά και σ' αυτή την σάρκα πιο επωφελής. Διότι οι μεγάλες παχυσαρκίες έχουν υποτροπές και μεταπτώσεις, όποτε η φύση κάμπτεται και αδυνατεί να σηκώσει το βάρος της παχυσαρκίας.

Η αξία του νερού για την υγεία.

Πρόσεχε μη τυχόν τώρα, αποστρεφόμενος το νερό, επιθυμήσεις ύστερα μία σταγόνα, όπως και ο πλούσιος (Λουκ. 16, 24). Κανείς δεν εμέθυσε από το νερό. Κανενός δεν επόνεσε το κεφάλι διότι εβαρύνθηκε από το νερό. Κανείς δεν

εχρειάσθηκε ξένα πόδια πίνοντας νερό. Κανενός τα πόδια δεν εδέθησαν, κανενός τα χέρια δεν αχρηστεύθηκαν, ποτιζόμενα με νερό. Διότι η ελαττωματική πέψη, που ακολουθεί αναγκαστικά στους ζώντες με τρυφηλότητα, αυτή φέρνει τα φοβερά νοσήματα στα σώματα. Το χρώμα του νηστεύοντος σεμνό, δεν κοκκινίζει αδιάντροπα, αλλά είναι στολισμένο με την σώφρονα χλωμάδα· οφθαλμός πράος, βάδισμα σεμνοπρεπές, πρόσωπο σοβαρό που δεν ασχημίζει με το ακόλαστο γέλιο, λόγια μετρημένα, καρδιά καθαρή. Θυμήσου τους αγίους όλων των αιώνων, «για τους οποίους δεν ήταν άξιος ο κόσμος» που εγύριζαν «φορώντας δέρματα προβάτων και δέρματα γιδιών, έχοντας στερήσεις, θλίψεις, κακουχίες» (Εβρ.11, 37-38). Εκείνων να θυμάσαι την διαγωγή, εάν ακριβώς επιζητείς να είσαι με το μέρος τους.

Παραδείγματα νηστείας, ο Ιωάννης ο Βαπτιστής, ο Κύριος και ο Απ. Παύλος.

Τι ανάπαυσε τον Λάζαρο στους κόλπους τον Αβραάμ; Όχι η νηστεία; Η ζωή δε του Ιωάννου υπήρξε μια συνεχής νηστεία· ο οποίος δεν είχε κρεβάτι, ούτε τραπέζι, ούτε καλλιεργήσιμη γη, ούτε βόδι για όργωμα, ούτε αρτοποιό, ούτε τίποτε άλλο από τα πράγματα της ζωής. Για τούτο «μεταξύ των γεννηθέντων από τις γυναίκες μεγαλύτερος δεν έχει αναφανεί άλλος από τον Ιωάννη τον Βαπτιστή» (Ματθ. 11, 11). Τον Παύλο μαζί με τα άλλα και η νηστεία, που απαρίθμησε στα καυχήματα για τις θλίψεις του, τον ανέβασε στον τρίτο ουρανό (Β΄ Κορινθ. 11, 27· 12, 2).

Ο πρώτος δε για όσα έχουμε πει, ο Κύριός μας, αφού οχύρωσε με νηστεία την σάρκα, που επήρε για χάρη μας, έτσι εδέχθηκε σ' αυτή (Ματθ. 4, 2) του διαβόλου τις προσβολές, και για να μας διδάσκει να ετοιμαζόμαστε με νηστείες και να γυμναζόμαστε για τους αγώνες κατά των πειρασμών, και για να προσφέρει στον αντίπαλο με την στέρηση κατά κάποιο τρόπο λαβή. Απρόσιτος θα ήταν σ' αυτόν λόγω του ύψους της θεότητας, εάν με την φτώχεια δεν είχε κατεβή προς το ανθρώπινο. Επανερχόμενος λοιπόν στους ουραμούς, έφαγε, για να πιστοποιήσει την φύση του αναστάντος σώματος.

Συ δε παραπαχαίνοντας τον εαυτό σου και όντας πολύσαρκος, δεν γίνεσαι μαλθακός; Εξασθενίζοντας δε το νου με ατροφία, για τα σωτήρια και ζωοποιά διδάγματα μπορείς να μιλήσεις; Η αγνοείς ότι, όπως σε πολεμική παράταξη, η συμμαχία με τον άλλον φέρνει την ήττα του αντιπάλου, έτσι και αυτός που συμμαχεί με την σάρκα, ανταγωνίζεται το πνεύμα και αυτός που πηγαίνει με την παράταξη του πνεύματος υποδουλώνει την σάρκα; «Διότι αυτά μεταξύ τους είναι αντίθετα» (Γαλατ. 5, 17). Όστε, εάν θέλεις να κάνεις ισχυρό το νου, να δαμάσεις την σάρκα με τη νηστεία. Διότι αυτό είναι εκείνο που λέγει ο απόστολος· ότι «όσον ο εξωτερικός άνθρωπος φθείρεται, τόσο ο εσωτερικός ανακαινίζεται» (Β΄ Κορ.

4,16)· και το· «όταν ασθενώ, τότε είμαι δυνατός» (Β΄ Κορ. 12, 10).

Δεν θα περιφρονήσεις τα φαγητά που χάνονται; Δεν θα επιθυμήσεις την τράπεζα της βασιλείας, την οποία εξάπαντος η εδώ νηστεία θα εξωραΐσει; Αγνοείς ότι με την αμετρία του χορτασμού ετοιμάζεις για τον εαυτό σου παχύ τον βασανιστή σκώληκα; Διότι ποιος απ' αυτούς που ζουν με πλούσια τροφή και διαρκή τρυφή εδέχθηκε κάποια κοινωνία πνευματικού χαρίσματος; Ο Μωυσής για να λάβει δεύτερη νομοθεσία εχρειάσθηκε μία ακόμη δεύτερη νηστεία. Στους Νινευίτες, εάν και τα ζώα δεν είχαν νηστεύσει, δεν θα είχαν διαφύγει την απειλή της καταστροφής (Ιωνάς 3, 4-10).

Ποίων τα σώματα έπεσαν στην έρημο; (Εβρ. 3, 17). Όχι αυτών που επιζητούσαν την κρεοφαγία; (Αριθμ.11, 33). Εκείνοι μεν έως ότου είχαν αρκεσθεί στο μάννα και στο νερό που βγήκε από την πέτρα, ενικούσαν τους Αιγυπτίους, περπατούσαν μέσα από την θάλασσα. «Δεν υπήρχε στις φυλές τους κανένας που δεν μπορούσε να περπατήσει» (Ψαλμ. 104, 37)· επειδή δε εθυμήθηκαν τα κρέατα στους λέβητες (Εξ. 16, 3) και εστράφησαν με τις επιθυμίες τους στην Αίγυπτο, δεν είδαν την γη της επαγγελίας.

Η πολυφαγία ατονεί την πνευματικότητα του ανθρώπου.

Δεν φοβείσαι το παράδειγμα; Δεν φρίττεις για την πολυφαγία, μήπως σε αποκλείσει από τα ελπιζόμενα αγαθά; Αλλ' ούτε ο σοφός Δανιήλ θα έβλεπε τα οράματα, εάν με τη νηστεία δεν έκανε καθαρότερη την ψυχή. Διότι από την παχειά τροφή κατά κάποιο τρόπο καπνώδεις αναθυμιάσεις ανερχόμενες, σαν πυκνό σύννεφο, διακόπτουν τις ελλάμψεις που έρχονται από το Άγιο Πνεύμα στο νου. Εάν δε και αγγέλων υπάρχει κάποια τροφή, είναι ο άρτος, καθώς λέγει ο προφήτης· «άρτον αγγέλων [«Είναι η λογική και ουράνιος δύναμη που διατρέφονται οι άγγελοι», εξηγεί ο Μ. Αθανάσιος (βλέπε τόμος 6ος σελ. 262. Ε.Π.Ε.). Δεν έχει καμμία σχέση με την υλική τροφή του ανθρώπου] έφαγεν ο άνθρωπος» (Ψαλμ. 77, 25). Όχι κρέας, ούτε οίνος, ούτε όσα είναι στην φροντίδα των δούλων της κοιλιάς. Η νηστεία είναι όπλο για την εκστρατεία κατά των δαιμόνων. «Διότι το γένος αυτό δεν εξέρχεται, παρά μόνον με την προσευχή και τη νηστεία» (Μαρκ. 9, 28).

Η εγκράτεια δεν υπάρχει χωρίς τη νηστεία.

Και τα μεν αγαθά που προέρχονται από τη νηστεία είναι τόσα πολλά· ο δε κορεσμός είναι η αρχή των πτώσεων. Διότι συγχρόνως εισορμά με την τρυφή και την μέθη και τα ποικίλα καρυκεύματα κάθε είδος κτηνώδους ακολασίας. Απ' εδώ οι άνθρωποι γίνονται ίπποι θηλυμανείς» (Ιερεμ. 5, 8) από τον οίστρο της τρυφής που γεννάται στην ψυχή. Οι διαστροφές της φύσεως προέρχονται από τους μεθύσους, που επιζητούν την μεν γυναίκα στον άνδρα, τον δε άνδρα στην γυναίκα. Η νηστεία όμως γνωρίζει όρια και στα έργα του γάμου και τιμωρώντας την

αμετρία των επιτρεπομένων από το νόμο, επιφέρει σύμφωνη ανάπαυλα, για να αφιερωθούν στην προσευχή (Α΄ Κορ. 7, 5).

Μέγας Βασίλειος, «Δύο λόγοι για τη νηστεία» (απόσπασμα), απόδοση στην καθομιλουμένη Δημήτριος Αθανασόπουλος, θεολόγος, εκδόσεις Νεκτάριος Παναγόπουλος.

PERMANENTLY_REMOVED