



# ΚΥΡΙΑΚΗ

## ΣΥΝΤΟΜΟΝ ΚΗΡΥΓΜΑ



«Ἐγενόμην ἐν Πνεύματι ἐν τῇ Κυριακῇ ἡμέρᾳ καὶ ἤκουσα φωνὴν ὀπίσω μου μεγάλην ὡς σάλπιγγος» (Ἄπ. 1,10)

Ἐκδίδεται ἀπὸ τὴν Κοινοβιακὴ Γυναικεία Ἱερὰ Μονὴ Ἁγίου Αὐγουστίνου Φλωρίνης – 531 00 ΦΛΩΡΙΝΑ – τηλ. 23850-28610 – imaaflo@yahoo.gr

Περίοδος Δ' - Ἔτος ΛΕ' Φλώρινα - ἀριθμ. φύλλου 2070	Καθαρὰ Δευτέρα βράδυ 19 Φεβρουαρίου 2018	Συντάκτης (†) ἐπίσκοπος Αὐγουστίνος Ν. Καντιώτης
--	---	---

## Ἡ ἀληθινὴ νηστεία

«Βρωμάτων νηστεύουσα, ψυχὴ μου, καὶ παθῶν μὴ καθαρύουσα μάτην ἐπαγάλλη τῇ ἀτροφία...» (Τριῶδ., Τετ. Τυριν., ἰδιόμ. αἰν.)

**Κ**αθαρὰ Δευτέρα, ἀγαπητοί μου, ἀρχὴ τῆς ἁγίας καὶ μεγάλης Τεσσαρακοστῆς, **ἔναρξ ἱεροῦ ἀγῶνος**, τοῦ πνευματικοῦ ἀγῶνος.

Κ' ἐμεῖς σήμερα, σὰν караβάκια τοῦ Χριστοῦ, σηκώνουμε τὴν ἄγκυρα καὶ ξεκινᾶμε τὸ ταξίδι στὸ «μέγα πέλαγος» – ἔτσι ὀνομάζει ἡ Ἐκκλησία τὸ διάστημα αὐτὸ τῆς νηστείας (ἀπόστ. καταν. ἔσπερ. Κυρ. Τυριν.). **Θὰ ταξιδέψουμε σαράντα μέρες.**

Ἀλλὰ ὅπως μερικοὶ φοβοῦνται τὴ θάλασσα, ἔτσι μερικοὶ ἄλλοι **φοβοῦνται τὴ νηστεία**. –Εἶνε δυνατόν, σοῦ λέει, νὰ νηστέψω σαράντα μέρες;... Ποιοὶ τὰ λένε αὐτά; Οἱ φίλαυτοι καὶ ὀλιγόπιστοι – νὰ μὴν πῶ ἄπιστοι. Φοβοῦνται· νομίζουν ὅτι ἡ ζωὴ τοῦ ἀνθρώπου ἐξαρτᾶται μόνο ἀπ' τὸ φαγητό. –Ἄμα δὲ φάω, λέει, θὰ πεθάνω! Ἐνῶ ἔχουμε τόσα παραδείγματα· τὸν ἅγιον Ἀντώνιο, ποῦ δὲν ἔφαγε ποτέ κρέας παρὰ μόνο χουρμάδες καὶ νερὸ ἀπ' τὸ Νεῖλο κ' ἔφτασε 105 ἐτῶν· ἢ κάτι ἀσκητάδες στὸ Ἅγιον Ὄρος, ποῦ ἔχουν περάσει τὰ ἑκατὸ χρόνια μὲ τὴν αὐστηρὴ νηστεία τους. **Ἡ νηστεία εἶνε φάρμακο.**

Ἡ Ἐκκλησία δὲν μισεῖ τὸν ἄνθρωπο, δὲν ὤρισε τὴ νηστεία γιὰ νὰ τὸν πεθάνῃ. Ἡ Ὁρθόδοξος Ἐκκλησία εἶνε ἡ μάνα μας. Ὅπως ἡ μάνα ἀγαπάει τὸ παιδί της καὶ δὲν κάνει τίποτε γιὰ κακό του, ἔτσι καὶ ἡ Ἐκκλησία ὅ,τι θέσπισε εἶνε γιὰ τὸ καλὸ μας. Καὶ ἡ νηστεία ὠρίστηκε γιὰ ὠφέλεια τῆς ψυχῆς καὶ τοῦ σώματος. **Εἶνε ὠφελιμωτάτη καὶ ἀναγκαιοτάτη** ἡ νηστεία.

Διαβάζοντας τὰ ἅγια βιβλία τῆς Ἐκκλησίας βλέπουμε ὅτι **ἡ νηστεία εἶνε ὑποχρεωτικὴ**. Ὑποχρεωτικὴ γιὰ ὅλους; **Ὅχι γιὰ ὅλους**. Τί λένε οἱ ἱεροὶ κανόνες· ὅτι διάκος παπᾶς δεσπότης, ποῦ δὲν νηστεύει Τετάρτη Παρασκευὴ καὶ Μεγάλῃ Τεσσαρακοστῇ, *καθαιρεῖται*· καὶ ὅποιος λαϊκὸς *καταλύει*, τρώει δηλαδὴ τίς ἡμέρες αὐτὲς ἀρτύσιμα, *ἀφορίζεται*, δὲν ἔχει δηλαδὴ θέσι, δὲν πρέπει νὰ μπαίνη, στὴν ἐκκλησία (βλ. καν. 98' Ἀποστ., Ἄλιβιζ, σ. 193, Πηδάλ. σ. 91-6). Αὐτὰ λέει ἡ Ἐκκλησία μας.

Ἀλλὰ τί λέει παρακάτω; Προσθέτει μία **ἐξαιρέσι**· «ἐκτός», λέει, «εἰ μὴ δι' ἀσθένειαν σωματικὴν ἐμποδίζοιτο», ἐκτός ἂν εἶνε **ἀσθενής** (ἔ.ἀ.)· ὅταν εἶνε ἀσθενής, μπορεῖ νὰ καταλύσῃ. Βλέπετε τί σοφία καὶ ἀγάπη ἔχει ἡ Ἐκκλησία; Κι ὅταν λέῃ **ἀσθενής** ποιὸν ἔννοεῖ; Ὅχι μόνο αὐτὸν ποῦ εἶνε στὸ κρεβάτι κ' ἔχει 40 πυρετό. Ὅπως ἐξηγοῦν οἱ ἐρμηνευταί, ἡ **ἀσθενεία** ἐννοεῖται μὲ τὴ γενικώτερη ἔννοια. **Ἀσθενεῖς** δηλαδὴ θεωροῦνται ὅσοι ἔχουν γενικὰ ὑγεία κλονισμένη, βρίσκονται σὲ ἰατρικὴ παρακολούθησι, ἐκτελοῦν θεραπευτικὴ δίαιτα· αὐτοὶ ἐξαιροῦνται. Καὶ πιὸ συγκεκριμένα· γέροι ποῦ τρέμουν τὰ πόδια τους, μανάδες ποῦ θηλάζουν βρέφη, παιδιὰ ἀσθενικὰ μὲ ἀδενοπάθειες, ἐργάτες σὲ ἀνθυγιεινὰ ἐπαγγέλματα, στρατιῶτες ποῦ φρουροῦν νύχτα σὲ φυλάκια μέσ' στὸ κρύο, ναυτικοὶ ποῦ ταξιδεύουν στὸν ὠκεανό...

Ὑποχρεωτικὴ λοιπὸν ἡ νηστεία γιὰ τοὺς ὑγιεῖς – κι αὐτοὶ εἶνε οἱ περισσότεροι. Μὴ πιάσουμε πάλι τὸ ἄλλο ἄκρο! γιὰτί πόσοι πᾶνε στὸ γιαιτρὸ καὶ λένε πὼς δὲν μποροῦν, ὁ γιαιτρὸς τοὺς ἐξετάζει καὶ δὲν ἔχουν τίποτα· ἔχουν μόνο μία φοβία. **Μὴ μᾶς καταλάβῃ λοιπὸν πανικὸς ὑγείας**. Παλαιότερα καὶ στὸ στρατό μας νῆστευαν. Λένε γιὰ τὸν Κολοκοτρώνη, ὅτι μπῆκε τὴν Τριπολιτσὰ ἡμέρα νηστείας, πεινασμένα ὅπως ἦταν τὰ παλληκάρια πῆγαν νὰ πέσουν στὰ κρέατα, κ' ἐκεῖνος φώναξε· Ἄμάν, παιδιὰ, μὴ μαγαρίζετε τὴν ἡμέρα!... Εἶχαν τότε σεβασμό.

\*\*\*

Ἄλλ' ἐνῶ, ἀγαπητοί μου, γιὰ τὴ σωματικὴ νηστεία γίνονται ἐξαιρέσεις, ὑπάρχει καὶ μιὰ νηστεία ὑποχρεωτικὴ γιὰ ὅλους ἀνεξαιρέτως. Ποιὰ εἶν' αὐτή; Εἶνε τὸ ἀνώτερο εἶδος νηστείας, νηστεία ἄλφα! καὶ αὐτὴν θὰ σᾶς συστήσω ἐγὼ σήμερα· εἶνε **ἡ νηστεία τῶν παθῶν**.

Δὲν φτάνει νὰ νηστεύῃ μόνο τὸ στομάχι καὶ ἡ κοιλιὰ ἀπὸ κρέας τυρὶ γάλα κ.λπ.· μικρὴ εἶνε

ή νηστεία αυτή. Ἡ ἀληθινή νηστεία εἶνε **νὰ νηστεύῃ ὁ ὅλος ἄνθρωπος**, σῶμα καὶ ψυχὴ. Δηλαδή; Νὰ νηστεύουν **οἱ αἰσθήσεις**. Νὰ νηστεύουν **τὰ μάτια** ἀπὸ ἄσχημα θεάματα· στὸ Βυζάντιο τῆ Μεγάλῃ Σαρακοστῇ ἔκλειναν τὰ θέατρα καὶ τὰ ἵπποδρόμια. Νὰ νηστεύουν **τὰ αὐτιά** ἀπὸ κοτσομπολιό, χυδαῖα ἀστεῖα, ὑβριστικὲς ἐκφράσεις, ἄσεμνα ἀνέκδοτα καὶ ὑπαινιγμούς, τραγούδια καὶ μουσικὲς δαιμονικὲς. Νὰ νηστεύουν **τὰ χέρια** καὶ **τὰ πόδια** ἀπὸ προσβλητικὲς χειρονομίες καὶ βάρβαρα χτυπήματα, ἀπὸ περιττὲς μετακινήσεις, ζώδη λακτίσματα καὶ χοροὺς Σαλώμης· ἐξ αἰτίας χοροῦ ἐκόπη ἡ κεφαλὴ τοῦ ἁγίου Ἰωάννου τοῦ Προδρόμου καὶ ὁ ἱερός Χρυσόστομος εἶπε ὅτι «Ὅπου χορός, ἐκεῖ διάβολος». Νὰ νηστεύῃ ἀκόμα ἡ **γλῶσσα** ἀπὸ ἀργολογία, φλυαρία, ψέμα, κατάκρισι, διαβολή, συκοφαντία, ψευδορκία, βλασφημία.

Αὕτῃ εἶνε ἡ νηστεία ἡ πνευματικὴ· ὅλα τὰ μέλη νὰ νηστεύουν. Καὶ γιὰ νὰ πᾶμε πρὸ βαθειά· νὰ νηστεύῃ **ὁ νοῦς** ἀπὸ πονηρὴ καὶ ὑπερήφανη σκέψι, ἀπὸ κακὸ λογισμό, λογισμό αἰσχροῦ, λογισμό ἀπιστίας· ἀκόμη βαθύτερα νὰ νηστεύῃ **ἡ καρδιά** ἀπὸ ἐμπαθῆ συναισθήματα καὶ κακὲς ἐπιθυμίες. Νὰ νηστεύῃ καὶ **ἡ φαντασία** ἀπὸ εἰκόνες λαγνείας καὶ ἀγριότητος, σχήματα ἀλλόκοτα, συλλήψεις ἐγκληματικὲς, σχέδια σατανικά.

Νὰ τὰ κάνω πρὸ λιανά, μὰ ποιός θὰ μ' ἀκούσῃ; Θὰ τὰ πῶ πάντως. Λοιπὸν σαράντα μέρες εἶνε; Νὰ νηστεύουν μὲ ἐγκράτεια **τὰ ἀνθρώγυνα** μὲ κοινὴ συμφωνία. Ὁ ἅγιος Κοσμάς ὁ Αἰτωλὸς λέει· «*ἐφώτισε τὸ ἅγιον Πνεῦμα τοὺς ἁγίους πατέρας τῆς Ἐκκλησίας καὶ ἐνομοθέτησαν νὰ νηστεύωμεν, διὰ νὰ νεκρώνωμεν τὰ πάθη καὶ νὰ ταπεινώνωμεν τὸ σῶμα*» (ἡμέτ. βιβλ. Κοσμάς ὁ Αἰτωλός, διδ. Δ', σ. 172). Καὶ ἀλλοῦ πάλι λέει κάτι σχετικόν· «*νὰ φυλάγεστε τὶς Κυριακὰς καὶ ἑορτὰς μὲ εὐγένειαν, ὡσὰν Χριστιανοί*» (ἔ.ἀ. διδ. Ζ, σ. 235).

Νὰ νηστεύουν ὅλοι ἀπὸ **τσιγάρο**. Ὅταν ἦμουν στὴν Ἀθήνα τὸ εἶπα αὐτὸ σὲ μιὰ ἐκκλησία, καὶ μετὰ μὲ πλησίασε ἕνας γέρος. –Ποῦ τὰ βρήκες γραμμένα αὐτά; λέει· ποῦ τὸ λένε αὐτὸ οἱ πατέρες τῆς Ἐκκλησίας;... Μπορεῖ τὰ ἀρχαῖα χρόνια, τοῦ λέω, ὅταν θεοπίσθησαν οἱ ἱεροὶ κανόνες, νὰ μὴν κάπνιζαν οἱ ἄνθρωποι (τὸ τσιγάρο ἦρθε στὴν Εὐρώπη καὶ στὴν Ἀσία ἀπὸ τὴν Ἀμερικὴ μετὰ τὸν 16ο αἰῶνα)· τὸ πνεῦμα ὅμως τῶν πατέρων εἶνε αὐτό· ἂν ὑπῆρχε κάπνισμα στὴν ἐποχὴ τῶν πατέρων, ἐκεῖνοι θὰ ἔθεταν νηστεία καὶ σ' αὐτό. Γιὰ κάνε λοιπὸν προσπάθεια, κόψε τὸ τσιγάρο ποῦ εἶνε τὸ λιβάνι τοῦ διαβόλου. Αὐτὸ εἶνε τὸ πνεῦμα τῶν πατέρων.

Νὰ νηστεύουν ὅλοι σαράντα μέρες ἀπὸ **τηλεόρασι**. Στὴν Ἀμερικὴ κλείνουν τὶς τηλεορά-

σεις· τὸ συνιστοῦν ὄχι παπᾶδες καὶ δεσποτάδες ἀλλὰ ψυχολόγοι καὶ γιατροί. Βλέπουν ὅτι πέφτει ὁ πολιτισμὸς – γεγονός· εἶνε σὰν νὰ ἄνοιξε ἕνας ὄχετός μέσα στὸ σπίτι καὶ φέρνει ἀκαθαρσίες στὸ σαλόνι. Κλεῖσ' το λοιπὸν αὐτὸ τὸ κανάλι τῆς βρωμιᾶς. Κλεῖσε σαράντα μέρες καὶ τὸ **ῥαδιόφωνο** –δὲν χάνεις τίποτα–, κι ἄνοιξε ἄλλο. Ὑπάρχει ὠραιότερο «ῥαδιόφωνο» ἀπὸ αὐτὰ ποῦ ψάλλει ἡ Ἐκκλησία μας; «*Κύριε τῶν δυνάμεων...*», ὑπέροχα λόγια! μιλάνε ἄγγελοι καὶ ἀρχάγγελοι. Θέλεις τηλεόρασι; ἄνοιξε τὴν ἁγία Γραφή, τὴν ἄφθαστη «τηλεόρασι».

Αὕτῃ εἶνε ἡ ἀληθινή νηστεία, ἡ ὑποχρεωτικὴ γιὰ ὅλους. Τὸ ζητούμενο δὲν εἶνε νὰ νηστεύῃ ὁ Χριστιανὸς μόνο ἀπὸ τροφές. Μερικοὶ νηστεύουν μὲν, κάνουν καὶ τὸ *τριήμερο* ἀκόμη, ἀλλὰ, ἐνῶ δὲν τρῶνε κρέας, δαγκώνουν καὶ τρῶνε ἀνθρώπους μὲ τὴν κακία τους. Ὁ πιὸ σκληρὸς τσάρρος στὴν ἱστορία τῆς Ῥωσίας ἦταν **ὁ Ἰβάν ὁ τρομερός**· ἄρπαζε ἀνθρώπους καὶ χωρὶς δίκη τοὺς ἔπνιγε· Τετάρτη καὶ Παρασκευὴ ὅμως νηστευε! Τότε ἕνας ἀσκητὴς πῆγε κι ἀγόρασε κρέας, στάθηκε στὸ δρόμο, κι ὅταν περνοῦσε ὁ τσάρρος, ἀρπάζει ἀπ' τὰ χαλινάρια τὸ ἄλογο, καὶ προτείνοντας τὸ κρέας τοῦ λέει· –Φάε, Ἰβάν, φάε. –Ἄ ὄχι, εἶνε νηστεία. –Προτιμότερο, τοῦ λέει, νὰ ἔτρωγες τέτοιο κρέας παρὰ νὰ τρῶς κάθε μέρα ἀθῶους ἀνθρώπους.

Ἄν ἡ ἀποχὴ ἀπὸ τὶς τροφές δὲν συνοδεύεται κι ἀπὸ νηστεία τῶν παθῶν, εἶνε σατανικὴ. Ὁ μεγαλύτερος ἀσκητὴς, ποῦ ὄχι λίγες μέρες ἀλλὰ ἐπὶ πέντε χιλιάδες χρόνια δὲν ἔχει βάλει μπουκιά στὸ στόμα του, εἶνε – ποιός· ὁ σατανᾶς. Νηστεύει κι αὐτός, μὰ ἔχει ὅλη τὴν κακία μέσα του. Ὅποιος λοιπὸν νηστεύει ἔτσι, χωρὶς νὰ νηστεύῃ κι ἀπὸ τὰ πάθη, **μοιάζει μὲ τὸ διάβολο**. Αὐτὸ λέει ἕνα τροπάριο Ἐκκλησίας. «*Ψυχὴ μου*», λέει, τέτοια νηστεία, ἀφοῦ «δὲν σοῦ γίνεται *ἀφορμὴ πρὸς διόρθωσιν, ὡς ψευδῆς μισεῖται παρὰ Θεοῦ, καὶ τοῖς κακίστοις δαίμοσιν ὁμοιοῦσαι*» (Τριψῶδ., Τετ. Τυριν., ἰδιόμ. αἰν.).

\* \* \*

Τελείωσα, ἀδελφοί μου. Σᾶς συνέστησα τὴν ἀληθινή νηστεία. **Αὐτὴν νὰ κάνετε ὅλοι**· κανεῖς νὰ μὴν κάνῃ τὴ σατανικὴ νηστεία. Καὶ ἔτσι νὰ μᾶς ἀξιῶσῃ ὁ Θεὸς νὰ φτάσουμε στὴν ἁγία καὶ ἔνδοξο Ἀνάστασι καὶ νὰ ποῦμε· «*τὴν ἀνάστασίν σου, Χριστέ Σωτήρ, ἄγγελοι ὑμνοῦσιν ἐν οὐρανοῖς καὶ ἡμᾶς τοὺς ἐπὶ γῆς καταξίωσον ἐν καθαρᾷ καρδίᾳ σὲ δοξάζειν*» (Παρακλ., ἤχ. τλ. β', ἀπόστ. Σάββ. ἑσπ.).

Ἡ Ἐκκλησία εἶνε ἱατρεῖο. Κ' ἐγὼ ὡς ἐντεταλμένος δίνω σὲ ὅλους σας αὕτῃ τὴ **συνταγή**. Ἄν τὴν ἐφαρμόσετε, θὰ εἴστε εὐλογημένοι.

(†) **ἐπίσκοπος Αὐγουστῖνος**