

# ΑΛΗΘΙΝΗ ΝΗΣΤΕΙΑ (αποχή από φαγητό ή αλλαξοφαγία)

... ΤΟΝ ΑΛΚΙΒΙΑΔΗ ΤΖΕΛΕΠΗ

**1.** Ο άνθρωπος σήμερα έχει αποστατήσει από το Θεό και από την αλήθεια του Λόγου Του, προσέχοντας σε πνεύματα πλάνης και διδασκαλίες δαιμονίων «εμποδιζόντων τον γάμον (προσταζόντων) ΑΠΟΧΗΝ ΒΡΩΜΑΤΩΝ, τα οποία ο Θεός έκτισε διά να μεταλαμβάνουσι μετά ευχαριστίας οι πιστοί και οι γνωρίσαντες την αλήθειαν» (Α΄ Τιμόθεου Δ:1-5), με αποτέλεσμα όταν νηστεύει δεν απέχει από το φαγητό, αλλά αλλάζει είδος φαγητού. Δεν τρώει ελαιόλαδο, αλλά ελιές, σπορέλαιο και βαμβακέλαιο, δεν τρώει κρέας, αλλά χταπόδια και καλαμαράκια, δεν τρώει αυγά, αλλά πανάκριβο αυγοτάραχο, κλπ., εμπαιζοντας με αυτό τον τρόπο το Θεό. Αυτό δεν είναι «νηστεία», αλλά «αλλαξο-φαγία» και όχι μόνο αυτό αλλά ο Διάβολος έχει διαστρεβλώσει τα πάντα, του παρουσιάζει σαν «νησιτίσιμα» και «καθαρά» όσα ο Θεός είχε διατάξει τους Ισραηλίτες στην Παλαιά Διαθήκη να μην τρώνε σαν «ακάθαρτα» και βλαβερά για την υγεία του λαού Του (βλ. Λευιτικό ΙΑ΄). Μήπως αυτό είναι για προβληματισμό;

**Στην περίοδο της ΠΑΛΑΙΑΣ ΔΙΑΘΗΚΗΣ** οι Ισραηλίτες είχαν τις «**ΤΑΚΤΙΚΕΣ**» νηστείες (βλ. Λευιτικό Ις΄ :24-30 /Ζαχαρίας Ζ:1-7, Η:19) και τις «**ΕΚΤΑΚΤΕΣ**» νηστείες, όταν πέθαιναν επίσημα πρόσωπα (Α΄ Σαμουήλ ΙΑ:13 /Β΄ Σαμ.Α:12), για να αποφύγουν κάποια συμφορά (Ιωνάς Γ:5 /Εσθήρ Δ:1-17), σε παραμονές πολέμου (Κριτές Κ:26 /Β΄ Χρονικών Κ:3 /Ιωήλ Β:1-15), κλπ. Υπήρχαν και οι «**ΕΙΔΙΚΕΣ**» νηστείες, λόγω σοβαρών καταστάσεων, όπως του Μωϋσή και του Ηλία για 40 ημέρες και του Δανιήλ για 21 ημέρες (βλ. Έξοδος ΛΔ:28 /Α΄ Βασιλέων ΙΘ:8 /Δανιήλ Ι΄:2-3).

**Στην περίοδο της ΚΑΙΝΗΣ ΔΙΑΘΗΚΗΣ** βλέπουμε ότι ο Ιησούς νήστευε για 40 ημέρες στην έρημο (πριν αρχίσει τη δημόσια διακονία Του), χωρίς όμως να φάει τίποτα: «**Και δεν έφαγεν ΟΥΔΕΝΤΑΣ ΗΜΕΡΑΣ ΕΚΕΙΝΑΣ**» (Ματθαίος Δ:2). Ο Ιησούς ΝΗΣΤΕΥΕ και ΠΡΟΣΕΥΧΟΤΑΝ τις 40 αυτές ημέρες για να προετοιμασθεί για το έργο που θα άρχιζε σε λίγο. Μέσα στην Καινή Διαθήκη δεν βλέπουμε πουθενά ο Ιησούς και οι απόστολοι να έχουν θεσπίσει **συγκεκριμένες ημέρες νηστείας** όπως γίνεται σήμερα από την κατεστημένη εκκλησία.

Ο σκοπός και το νόημα της νηστείας από τον 3<sup>ο</sup>-4<sup>ο</sup> αιώνα και μετά μεταβλήθηκε ριζικά από τις διδασκαλίες των «*ανθρωπίνων εντολών και παραδόσεων*» (Ματθαίος ΙΕ:3), με αποτέλεσμα ο άνθρωπος να προσέχει τον τύπο, το εξωτερικό φαινόμενο και όχι την ουσία, για ποιο λόγο δηλαδή πρέπει να γίνεται νηστεία. Ο ίδιος ο Ιησούς μιλώντας για τον ξεπεσμό του ανθρώπου είπε:

«**Δεν μολύνει τον άνθρωπο το ΕΙΣΕΡΧΟΜΕΝΟΝ εις το στόμα** (δηλαδή φαγητό ή νερό), **αλλά το ΕΞΕΡΧΟΜΕΝΟΝ εκ του στόματος, τούτο μολύνει τον άνθρωπον ...Τα δε εξερχόμενα εκ του στόματος, ΕΚ ΤΗΣ ΚΑΡΔΙΑΣ ΕΞΕΡΧΟΝΤΑΙ, και εκείνα μολύνουσι τον άνθρωπον. Διότι εκ της καρδίας εξέρχονται διαλογισμοί πονηροί, φόνοι, μοιχείαι, πορνείαι, κλοπαί, ψευ-δομαρτυρίαι, βλασφημίας. Ταύτα είναι τα μολύνοντα τον άνθρωπο**» (Ματθαίος ΙΕ:11, 18-19).

Ο άνθρωπος από τη μια μεριά νομίζει ότι «νηστεύει», αλλάζοντας και όχι απέχοντας από το φαγητό και από την άλλη η καρδιά του είναι γεμάτη με πάθη. Αποτελεί συνηθισμένο φαινόμενο, όταν ο θρησκευόμενος άνθρωπος πάει στην εκκλησία για να κοινωνήσει, αφού βέβαια έχει «...νηστέψει», να συμπεριφέρεται απρεπώς (φωνάζει, σπρώχνει, βρίζει) για να εκτελέσει πρώτος τα θρησκευτικά του καθήκοντα. Ο Θεός δεν θέλει ούτε τη νηστεία σου, ούτε καμιά άλλη προσφορά από σένα, θέλει την αμαρτωλή καρδιά σου, να την πάρει, να την καθαρίσει, να την αγιάσει και να βάλει μέσα της το Πνεύμα Του, τότε και η νηστεία σου θα είναι ευπρόσδεκτη.

**2.** Η λέξη «νηστεία» είναι σύνθετη, προέρχεται από το αρνητικό μόριο «νη» και το ρήμα «εσθίω», που σημαίνει «δεν τρώ-γω», πλήρης αποχή από το φαγητό και όχι μερική ή αλλαγή φαγητού. Αυτή είναι η μια προϋπόθεση, η άλλη είναι να συνο-δεύεται η νηστεία πάντοτε με προσευχή, για να είναι ευπρόσδεκτη ενώπιον του Κυρίου και να εισακούεται το αίτημα ή το πρόβλημά μας. Ο κάθε πιστός που έχει κάποιο πρόβλημα (οικο-γενειακό, οικονομικό, υγείας, κλπ), ή θέλει πνευματική αύξηση και αγιασμό ή έχει πνευματικό πόλεμο με τις πονηρές δυνάμεις και χρειάζεται δύναμη, τότε ΝΗΣΤΕΥΕΙ και ΠΡΟΣΕΥΧΕΤΑΙ. Νηστεύει χωρίς να φάει τίποτα, όσες ημέρες κρίνει ότι μπορεί (μία, δύο, ή περισσότερες). Στην εποχή της Εσθήρ οι Ισραηλίτες νήστευαν **τρία ημερόνυχτα**, χωρίς φαγητό και νερό, για να τους ελευθερώσει ο Θεός από το διωγμό που θα ερχόταν (Εσθήρ Δ:15-16). Ο Δανιήλ νήστευε τρεις ολόκληρες

εβδομάδες (21 ημέρες) για να του δώσει ο Θεός αποκάλυψη για τα μέλλοντα γεγονότα (Δανιήλ Γ':1-3). Η μεγάλη πλειοψηφία των πιστών νηστεύει μία ή δύο ημέρες, αλλά νηστεία που να συνοδεύεται απαραίτητα από προσευχή:

- «...Ἦτις (η προφήτις Άννα) δεν απεμακρύνετο από του ιερού, νύκτα και ημέραν, λατρεύουσα (τον Θεόν) εν ΝΗΣΤΕΙΑΙΣ και ΠΡΟΣΕΥΧΑΙΣ...» (Λουκάς Β:37).
- «Τότε αφού ΕΝΗΣΤΕΥΣΑΝ και ΠΡΟΣΕΥΧΗΘΗΣΑΝ, και επέθεσαν τας χείρας επ' αυτούς, απέστειλαν» (Πράξεις ΙΓ:3).
- «ΠΡΟΣΕΥΧΗΘΕΝΤΕΣ με ΝΗΣΤΕΙΑΣ, αφιέρωσαν αυτούς εις τον Κύριον» (Πράξεις ΙΔ:23).

**3.** Η Αγία Γραφή διδάσκει ρητά ότι η νηστεία πρέπει να γίνεται **μυστικά** και όχι **φανερά**. Κατά συνέπεια, η καθιέρωση από τους ανθρώπους συγκεκριμένων (φανερών) ημερών, αργιών και εορτών για νηστεία, είναι ΑΝΤΙΘΕΤΗ με τη διδασκαλία του Ιησού, ο οποίος κατακρίνοντας την τυπικότητα και την υποκρισία, είπε: «Και όταν νηστεύετε, ΜΗ ΓΙΝΕΣΘΕ, ως οι υποκριταί, ΣΚΥΘΡΩΠΟΙ, διότι αφανίζουν τα πρόσωπα αυτών διά να φανούν εις τους ανθρώπους ότι νηστεύουν ...Συ όμως, όταν νηστεύης ΑΛΕΙΨΟΝ την κεφαλήν σου, και ΝΙΨΟΝ το πρόσωπόν σου, διά να μη φανής εις τους ανθρώπους ότι νηστεύεις, αλλ' εις τον Πατέρα σου τον εν τω κρυπτώ...» (Ματθαίος ζ':16-18). Και λίγο πριν πει αυτά τα λόγια ο Ιησούς είχε πει: «Ας μη γνωρίζει η αριστερά σου τι κάμνει η δεξιά σου» (κεφ. ζ':3).

Επειδή ο Ιησούς δεν καθιέρωσε τακτές ημέρες νηστείας και επειδή ο ίδιος και οι μαθητές Του νήστευαν μυστικά, ή δεν νήστευαν όταν οι άλλοι νήστευαν, οι γραμματείς και οι φαρισαίοι συχνά τους κατηγορούσαν γι' αυτό (βλ. Μάρκος Β:18-20 /Ματθαίος ΙΑ:16-19, Θ:14-15 /Λουκάς Ε:33-35 /κλπ.). Ο πιστός στην περίοδο της Καινής Διαθήκης δεν έχει συγκεκριμένες ημέρες που πρέπει να νηστεύει. Έχει την ελευθερία να κρίνει ποια ημέρα της εβδομάδας θα αφιερώσει στον Κύριο Ιησού για να Τον λατρέψει με νηστεία και προσευχή και σύμφωνα με το Λόγο Του «*κανείς δεν μπορεί να μας κρίνει για ΦΑΓΗΤΟ, ή για ΠΟΤΟ, ή για ΣΑΒΒΑΤΑ, κλπ*», γιατί όλα αυτά είναι «σκιά μελλόντων» (βλ. Κολοσσαείς Β:16-17). Το «Σάββατο» στην Παλαιά Διαθήκη ήταν ημέρα αγία και αφιέρωσης στο Θεό και σημαίνει «ανάπαυση», είναι τύπος της «κατάπαυσης του Θεού» (βλ. Εβραίους Δ'). Στην Καινή Διαθήκη «Σάββατο» είναι το «βάπτισμα του αγίου Πνεύματος», είναι η ανάπαυση του Θεού μέσα μας. Κανένας λοι-

πόν δεν θα μας κρίνει πότε θα φάμε ή πότε θα πιούμε, ή ποια ημέρα θα αφιερώσουμε στον Κύριο.

**4.** Ο κάθε πιστός έχει ελευθερία για το πότε θα νηστεύει, αλλά θα πρέπει να γνωρίζει ότι υπάρχουν **πνευματικοί νόμοι**, που διέπουν τη νηστεία και πρέπει να τους εφαρμόζει, αλλιώς δεν γίνεται η προσφορά και η θυσία του ευάρεστη από το Θεό:

(1) **Άγια και καθαρή ζωή, κατά την ημέρα της νηστείας:** Πρέπει να προσέχει πως εκφράζεται, να μη θυμώνει, να αποφεύγει τις αντιδικίες, να προσέχει τι βλέπει και τι ακούει και γενικά η ζωή του την ημέρα εκείνη να έχει κάτι διαφορετικό από τις άλλες ημέρες.

(2) **Πνευματική νηστεία:** Πολλοί, όταν νηστεύουν, το βράδυ την διακόπτουν και τρώνε ελαφρά. Αυτό όμως δεν σημαίνει ότι σταματά και η πνευματική νηστεία, οπότε μπορούμε να βλέπουμε στην τηλεόραση όλη την αμαρτία, να αρχίζουμε τα σχόλια και τα κουτσομπολιά και να φιλονικούμε με την οικογένειά μας.

(3) **Η νηστεία είναι ημέρα χαράς και όχι ταλαιπωρίας:** Η νηστεία δεν γίνεται για να υποφέρει ο άνθρωπος, ταλαιπωρώνοντας την ψυχή και το σώμα του κάποια ημέρα. Η νηστεία πρέπει να φέρνει στον πιστό χαρά και ευλογία, γιατί η «δύναμή μας είναι του Κυρίου η χαρά». Νηστεία σημαίνει καθαρή καρδιά και άγια ζωή. Αληθινή νηστεία ενώπιον του Θεού είναι:

**«Να λύνεις τους δεσμούς της κακίας, να διαλύεις τα βαριά φορτία, να αφήνεις ελεύθερους τους καταδυναστευομένους, να συντρίβεις κάθε δεσμό, να διαμοιράζεις τον άρτο σου εις τον πεινώντα, να δέχεσαι στην οικία σου άστεγους πτωχούς, να ντύνεις όταν βλέπεις τον γυμνόν...»** (βλ. Ησαΐας ΝΗ:6-7).

Εάν εφαρμόσεις τη νηστεία που ο Κύριος λέγει, τότε γνώριζε πως «**ΤΟ ΦΩΣ ΣΟΥ θα λάμπει όπως η αυγή, και Η ΥΓΕΙΑ ΣΟΥ ταχέως θα βλαστήσει, και Η ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ ΣΟΥ θα προπορευέται, και Η ΔΟΞΑ ΤΟΥ ΚΥΡΙΟΥ θα σε ακολουθεί, ΘΑ ΦΩΝΑΖΕΙΣ και Αυτός θα σου απαντά...**» (Ησαΐας ΝΗ:8-9).

© COPYRIGHT 2002: ΑΛΚΙΒΙΑΔΗΣ ΤΖΕΛΕΠΗΣ («ΦΙΛΑΔΕΛΦΟΣ») οδός Κηφισίας 37, Τ.Κ. 141 21 Ηράκλειο Αττικής Τηλ: 210 - 28 21 537 ❖ Τηλ. Κινητό: 694 - 49 21 318

E-MAIL: filadelfos02@hotmail.com ❖ SKYPE: filadelfos02

FACEBOOK: Alkiviadis Tzelepis (Filadelfos) ❖ YOUTUBE: filadelfosTV/Channel