

## Δημοσιεύεται συμφώνως προς τὰς ἀποφάσεις τῆς Συνάξεως τῶν Προκαθημένων τῶν Ὁρθοδόξων Ἐκκλησιῶν

Σαμπεζύ-Γενεύη, 21-28 Ἰανουαρίου 2016

1) Ἡ νηστεία εἶναι θεία ἐντολή (Γεν. 2, 16-17). Κατά τόν Μ. Βασίλειον, «συνηλικιωτίς ἐστι τῆς ἀνθρωπότητος· νηστεία γάρ ἐν τῷ παραδείσῳ ἐνομοθετήθη» (Περί νηστείας, 1,3. PG 31, 168 A). Εἶναι μέγα πνευματικόν ἀγώνισμα καί ἡ κατ' ἐξοχήν ἔκφρασις τοῦ ἀσκητικοῦ ιδεώδους τῆς Ὁρθοδοξίας. Ἡ Ὁρθόδοξος Ἐκκλησία ἀπαρεγκλίτως στοιχοῦσα εἰς τε τὰ ἀποστολικά θεσπίσματα καί τούς συνοδικούς κανόνας καί εἰς τήν καθ' ὅλου πατερικήν παράδοσιν, διεκήρυξε πάντοτε τήν ὑψίστην ἀξίαν τῆς νηστείας διά τόν πνευματικόν βίον τοῦ ἀνθρώπου καί τήν σωτηρίαν αὐτοῦ. Εἰς τόν κύκλον τῆς λατρείας τοῦ ἐνιαυτοῦ τοῦ Κυρίου προβάλλεται ἡ ὅλη περί τῆς νηστείας πατερική παράδοσις καί διδασκαλία διά τήν συνεχῆ καί ἀδιάπτωτον ἐγρήγορσιν τοῦ ἀνθρώπου καί τήν ἐπίδοσιν αὐτοῦ εἰς τούς πνευματικούς ἀγῶνας. Διό καί ὑμνεῖται εἰς τό Τριῶδιον ὡς χάρις πολύφωτος, ὡς ὄπλον ἀκαταμάχητον, ὡς πνευματικῶν ἀγῶνων ἀρχή, ὡς καλλίστη τρίβος ἀρετῶν, ὡς τροφή ψυχῆς, ὡς πηγὴ φιλοσοφίας ἀπάσης, ὡς ἀφθάρτου διαγωγῆς καί ἰσαγγέλου πολιτείας τό μίμημα, ὡς μήτηρ τῶν ἀγαθῶν ἀπάντων καί τῶν ἀρετῶν καί ὡς εἰκὼν τῆς μελλούσης ζωῆς.

2) Ἡ νηστεία ὡς ἀρχαιότατος θεσμός ἀπαντᾷ ἤδη εἰς τήν Παλαιάν Διαθήκην (Δευτ. 9, 18. Ἠσ. 58, 4-10. Ἰωήλ 2, 15. Ἰωνᾶς 3, 5-7), βεβαιοῦται δέ ὑπό τῆς Καινῆς. Αὐτός ὁ Κύριος ἐνήστευσεν ἐπὶ τεσσαράκοντα ἡμέρας πρό τῆς ἐνάρξεως τῆς δημοσίας δράσεως αὐτοῦ (Λουκ. 4, 1-2) καί ἔδωκεν ὁδηγίαν ὡς πρὸς τόν τρόπον ἀσκήσεως τῆς νηστείας (Ματθ. 6, 16-18). Εἰς τήν Καινήν Διαθήκην γενικώτερον συνιστᾶται ἡ νηστεία ὡς μέσον ἐγκρατείας, μετανοίας καί πνευματικῆς ἀνατάσεως (Μάρκ. 1, 6. Πράξ. 13, 2. 14, 23. Ρωμ. 14, 21). Ἡ Ἐκκλησία, ἀπό τῆς ἀποστολικῆς ἐποχῆς, διεκήρυξε τήν ὑψίστην σημασίαν τῆς νηστείας καί ὥρισε τήν Τετάρτην καί τήν Παρασκευὴν ὡς ἡμέρας νηστείας (Διδαχὴ 8, 1), ὡς ἐπίσης καί τήν πρό τοῦ Πάσχα νηστείαν (Εἰρηναῖος Λουγδούνου, ἐν: Εὐσεβίου, Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία 5, 24. PG 20, 497B-508 AB). Βεβαίως, εἰς τήν ἐκκλησιαστικὴν πρᾶξιν, τήν ἀνά τούς αἰῶνας μαρτυρουμένην, ὑπῆρξεν ποικιλία οὐχὶ μόνον εἰς τήν ἔκτασιν τῆς νηστείας πρό τοῦ Πάσχα (Διονυσίου Ἀλεξανδρείας, Ἐπιστολὴ πρὸς Βασιλεῖδην ἐπίσκοπον, PG 10, 1277), ἀλλὰ καί ὡς πρὸς τόν ἀριθμὸν καί τό περιεχόμενον τῶν ὑπολοίπων περιόδων νηστείας, αἵτινες διεμορφώθησαν ὑπὸ τήν ἐπιρροήν ποικίλων παραγόντων, πρωτίστως λειτουργικῶν καί μοναστικῶν, προκειμένου νά συντελεῖται μεταξύ ἄλλων

καί ἡ κατάλληλος προετοιμασία πρό τῶν μεγάλων ἐορτῶν. Οὕτως, ὁ ἄρρηκτος δεσμός νηστείας καί λατρείας παρέχει τό μέτρον καί τόν σκοπόν τῆς νηστείας καί ἀναδεικνύει τόν πνευματικόν χαρακτήρα αὐτῆς, διό καί ἅπαντες οἱ πιστοί καλοῦνται νά ἀνταποκριθοῦν, ἕκαστος κατά τήν ἰδίαν αὐτοῦ δύναμιν καί δυνατότητα, χωρίς ὅμως νά παρέχεται καί ἐλευθερία καταφρονήσεως τοῦ ἱεροῦ τούτου θεσμοῦ: «ὄρα μή τις σέ πλανήσῃ ἀπό ταύτης τῆς ὁδοῦ τῆς διδαχῆς... Εἰ μὲν γάρ δύνασαι βαστάσαι ὅλον τόν ζυγόν τοῦ Κυρίου, τέλειος ἔσει· εἰ δέ οὐ δύνασαι, ὁ δύνη τοῦτο ποίει. Περί δέ τῆς βρώσεως, ὁ δύνασαι, βάστασον» (Διδαχή 6, 1-3).

3) Ἡ ἀληθῆς νηστεία, ὡς πνευματικόν ἀγώνισμα, συνδέεται πρός τήν ἀδιάλειπτον προσευχήν καί τήν εἰλικρινῆ μετάνοιαν. «Μετάνοια χωρίς νηστείας ἀργή» (Μ. Βασιλείου, Περί νηστείας 1, 3. PG 31, 168 Α), ὡς ἐπίσης καί νηστεία ἄνευ ἔργων εὐποιΐας εἶναι νεκρά, ἴδια δέ κατά τήν σύγχρονον ἐποχήν, καθ' ἣν ἡ ἄνισος καί ἄδικος κατανομή τῶν ἀγαθῶν στερεῖ καί αὐτοῦ τοῦ ἐπιουσίου ἄρτου ὀλοκλήρους λαούς. «Νηστεύοντες ἀδελφοί σωματικῶς, νηστεύσωμεν καί πνευματικῶς· λύσωμεν πάντα σύνδεσμον ἀδικίας· διαρρήξωμεν στραγγαλιάς βιαίων συναλλαγμάτων· πᾶσαν συγγραφὴν ἄδικον διασπάσωμεν· δώσωμεν πεινῶσιν ἄρτον, καί πτωχοὺς ἀστέγους εἰσαγάγωμεν εἰς οἴκους» (Στιχηρόν, Ἰδιόμελον Τετάρτης, Α' Ἑβδομάδος Νηστειῶν. Πρβλ. Ἡσαΐου 58,6-7). Ἡ νηστεία δέν ἐξαντλεῖται εἰς ἀπλῆν καί τυπικὴν ἀποχήν ἐκ τινων μόνον καθωρισμένων τροφῶν. «Οὐ μέντοι ἐξαρκεῖ καθ' ἑαυτὴν ἡ ἀποχή βρωμάτων πρός τήν ἐπαινετὴν νηστείαν, ἀλλὰ νηστεύσωμεν νηστείαν δεκτὴν, εὐάρεστον τῷ Θεῷ. Ἀληθῆς νηστεία ἡ τοῦ κακοῦ ἀλλοτρίωσις, ἐγκράτεια γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμός, καταλαλιᾶς, ψεύδους, ἐπιπορκίας. Ἡ τούτων ἔνδεια νηστεία ἐστὶν ἀληθῆς. Ἐν τούτοις μὲν ἡ νηστεία καλόν» (Μ. Βασιλείου, Περί νηστείας 2, 7. PG 31, 196 D). Ἡ κατά τήν νηστείαν ἀποχή ἐκ τινων καθωρισμένων τροφῶν καί ἡ κατ' αὐτὴν ὀλιγάρκεια, οὐ μόνον κατά τό εἶδος, ἀλλὰ καί κατά τήν ποσότητα τῶν μεταλαμβανομένων τροφῶν, ἀποτελοῦν τό αἰσθητόν στοιχεῖον τοῦ πνευματικοῦ ἀγωνίσματος. «Ἡ νηστεία ἀποχή τροφῆς ἐστὶν κατά τό σημαινόμενον. Τροφή δέ οὐδέν δικαιοτέρους ἡμᾶς ἢ ἀδικωτέρους ἀπεργάζεται· κατά δέ τό μυστικόν δηλοῖ ὅτι, ὡσπερ τοῖς καθ' ἓνα ἐκ τροφῆς ἢ ζωῆς, ἡ δέ ἀτροφία θανάτου σύμβολον, οὕτως καί ἡμᾶς τῶν κοσμικῶν νηστεύειν χρή, ἵνα τῷ κόσμῳ ἀποθάνωμεν, καί μετὰ τοῦτο, τροφῆς θείας μεταλαβόντες, Θεῷ ζήσωμεν» (Κλήμεντος Ἀλεξανδρέως, Ἐκ τῶν Προφητικῶν Ἐκλογαί, PG 9, 704D-705A). Οὕτως, ἡ ἀληθῆς νηστεία ἀναφέρεται εἰς τήν καθ' ὅλου ἐν Χριστῷ ζωὴν τῶν πιστῶν καί κορυφοῦται διὰ τῆς συμμετοχῆς αὐτῶν εἰς τήν θείαν λατρείαν καί ἴδια εἰς τό μυστήριον τῆς Θεῆς Εὐχαριστίας.

4) Ἡ τεσσαρακονθήμερος νηστεία τοῦ Κυρίου κατέστη ὑπόδειγμα τῆς νηστείας τῶν πιστῶν, ἡ ὁποία ἐνεργοποιεῖ τὴν μετοχὴν αὐτῶν εἰς τὴν ὑπακοήν τοῦ Κυρίου, ἵνα δι' αὐτῆς, «ὄ μὴ φυλάξαντες ἀποβεβλήκαμεν, φυλάξαντες ἀπολάβωμεν» (Γρηγορίου Θεολόγου, Λόγος ΜΕ', Εἰς τὸ Ἅγιον Πάσχα, 28. PG 36, 661C). Ἡ χριστοκεντρικὴ κατανόησις τοῦ πνευματικοῦ χαρακτήρος τῆς νηστείας, ἰδίᾳ τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, κανὼν εἰς τὴν καθ' ὄλου πατερικὴν παράδοσιν, συγκεφαλαιοῦται χαρακτηριστικῶς ὑπὸ τοῦ ἁγίου Γρηγορίου τοῦ Παλαμᾶ: «Ἐάν οὕτω νηστεύης, οὐ μόνον συμπάσχων ἔση καὶ συννεκρούμενος, ἀλλὰ καὶ συνανιστάμενος καὶ συμβασιλεύων Χριστῶ εἰς αἰῶνας τοὺς ἀπεράντους· σύμφυτος γάρ γεγωνῶς διὰ τῆς τοιαύτης νηστείας τῷ ὁμοιώματι τοῦ θανάτου αὐτοῦ, καὶ τῆς ἀναστάσεως κοινωνός ἔση καὶ τῆς ἐν αὐτῷ ζωῆς κληρονόμος» (Ὁμιλία ΙΓ', τῇ Ε' Κυριακῇ τῶν Νηστειῶν, PG 151, 161AB).

5) Κατὰ τὴν ὀρθόδοξον παράδοσιν, τὸ μέτρον τῆς πνευματικῆς τελειώσεως εἶναι τὸ 'μέτρον ἡλικίας τοῦ πληρώματος τοῦ Χριστοῦ' (Ἐφεσ. 4,13) καὶ ἕκαστος ὀφείλει, ἂν θέλῃ νὰ φθάσῃ εἰς αὐτό, νὰ ἀγωνισθῇ καὶ ὑψωθῇ ἀναλόγως. Ἀκριβῶς δὲ διὰ τοῦτο, ἡ ἄσκησις καὶ ὁ πνευματικὸς ἀγὼν δέν ἔχουν τέλος ἐν τῷ παρόντι βίῳ, ὅπως καὶ ἡ τελειότης τῶν τελείων. Πάντες καλοῦνται νὰ ἀνταποκρίνονται, ὅση δύναμις αὐτοῖς, εἰς τὰς ἐπιταγὰς τοῦ ὀρθοδόξου ὑψηλοῦ μέτρου μέ σκοπὸν τὴν κατὰ χάριν θέωσιν. Καὶ αὐτοί, παρ' ὅτι πράττουν πάντα τὰ διατεταγμένα, οὐδέποτε ὑψηλοφρονοῦν, ἀλλ' ὁμολογοῦν ὅτι «δοῦλοι ἀχρεῖοί ἐσμεν, ὃ ὀφείλομεν ποιῆσαι πεποιήκαμεν» (Λουκ. 17,10). Πάντες ἔχουν – κατὰ τὴν ὀρθόδοξον περὶ πνευματικῆς ζωῆς ἀντίληψιν – χρέος νὰ μὴν ἐγκαταλείπουν τὸν καλὸν τῆς νηστείας ἀγῶνα, ἀλλ' ἐν αὐτομεμνία καὶ συναισθήσει τῆς ταπεινότητος τῆς καταστάσεως αὐτῶν, νὰ ἐπαφίενται διὰ τὰς παραλείψεις των εἰς τὸ ἔλεος τοῦ Θεοῦ, καθ' ὅσον Ὁρθόδοξος πνευματικὴ ζωὴ εἶναι ἀνεπίτευκτος χωρὶς τὸν πνευματικὸν ἀγῶνα τῆς νηστείας.

6) Ἡ Ὁρθόδοξος Ἐκκλησία, ὡς φιλόστοργος μήτηρ, ὥρισε τὰ εἰς σωτηρίαν συμφέροντα καὶ προέταξε τοὺς ἱερούς καιρούς τῆς νηστείας ὡς θεοδώρητον «φυλακτήριον» τῆς καινῆς ἐν Χριστῶ ζωῆς τῶν πιστῶν κατὰ πάσης ἐπιβουλῆς τοῦ ἀλλοτρίου. Στοιχοῦσα τοῖς θείοις Πατρᾶσι, φυλάσσει, ὡς καὶ πρότερον, τὰ ἱερά ἀποστολικά θεσπίσματα, τοὺς συνοδικούς κανόνας καὶ τὰς ἱεράς παραδόσεις, προβάλλει πάντοτε τὰς ἱεράς νηστείας ὡς ἀρίστην ἐν τῇ ἀσκήσει τρίβον πνευματικῆς τελειώσεως καὶ σωτηρίας τῶν πιστῶν καὶ κηρύσσει τὴν ἀνάγκην τηρήσεως ὑπ' αὐτῶν τῶν τεταγμένων νηστειῶν τοῦ ἐνιαυτοῦ τοῦ Κυρίου, ἧτοι τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, τῆς Τετάρτης καὶ τῆς Παρασκευῆς, αἵτινες μαρτυροῦνται ὑπὸ τῶν ἱερῶν κανόνων, ὡς καὶ τῶν

νηστειῶν τῶν Χριστουγέννων, τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων, τῆς Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου, καί τῶν μονοημέρων τῆς Ὑψώσεως τοῦ Τιμίου Σταυροῦ, τῆς παραμονῆς τῶν Θεοφανείων καί τῆς ἀποτομῆς τῆς τιμίας κεφαλῆς Ἰωάννου τοῦ Προδρόμου, πρὸς τούτοις δέ καί πασῶν τῶν κατὰ ποιμαντικὴν μέριμναν ὀριζομένων ἐκάστοτε νηστειῶν ἢ τῶν κατὰ τὴν προαίρεσιν τῶν πιστῶν τηρουμένων.

7) Ἡ Ἐκκλησία ὁμως ἔθετο ἅμα, κατὰ ποιμαντικὴν διάκρισιν, καί ὄρια φιλανθρώπου οἰκονομίας τοῦ καθεστῶτος τῆς νηστείας. Διό καί προέβλεψε τὴν δι' ἀσθένειαν τοῦ σώματος ἢ δι' ἀδήριτον ἀνάγκην ἢ καί διὰ τὴν χαλεπότητα τῶν καιρῶν ἀνάλογον ἐφαρμογὴν τῆς ἀρχῆς τῆς ἐκκλησιαστικῆς οἰκονομίας κατὰ τὴν ὑπεύθυνον κρίσιν καί ποιμαντικὴν μέριμναν τοῦ σώματος τῶν ἐπισκόπων τῶν κατὰ τόπους Ἐκκλησιῶν.

8) Εἶναι γεγονός, ὅτι σήμερον πολλοὶ πιστοὶ δέν τηροῦν ἀπάσας τὰς περὶ νηστείας διατάξεις, εἴτε ἐξ ὀλιγορίας εἴτε λόγῳ τῶν ὑπαρχουσῶν συνθηκῶν ζωῆς, οἰαυδῆποτε κἂν ᾧσιν αὐταί. Ἄπασαι ὁμως αἱ περιπτώσεις αὐταί τῆς χαλαρώσεως τῶν περὶ νηστείας ἱερῶν διατάξεων, εἴτε εἶναι γενικώτεροι, εἴτε ἀτομικαί, δέον ὅπως τυγχάνουν τῆς ποιμαντικῆς μερίμνης ἐκ μέρους τῆς Ἐκκλησίας, διότι ὁ Θεός « οὐ θέλει τὸν θάνατον τοῦ ἁμαρτωλοῦ ὡς τὸ ἐπιστρέψαι καί ζῆν αὐτόν» (πρβλ. Ἰεζ. 33,11), χωρὶς ὁμως νὰ περιφρονῆται ἢ ἀξία τῆς νηστείας. Ὅθεν διὰ τοὺς ἔχοντας δυσκολίαν εἰς τὴν τήρησιν τῶν ἰσχυουσῶν περὶ νηστείας διατάξεων εἴτε ἐκ λόγων ἀτομικῶν (ἀσθένεια, στράτευσις, συνθῆκαι ἐργασίας κ.λπ.) εἴτε γενικωτέρων (εἰδικαὶ συνθῆκαι ἐπικρατοῦσαι εἰς τινὰς χώρας ἀπὸ πλευρᾶς κλίματος, καθὼς καί κοινωνικο-οἰκονομικαὶ ἰδιαιτερότηται τινῶν χωρῶν λ.χ. ἀδυναμία εὐρέσεως νηστησίμων τροφῶν) ἐπαφίεται εἰς τὴν διάκρισιν τῶν κατὰ τόπους Ὀρθοδόξων Ἐκκλησιῶν νὰ καθορίσουν τὴν φιλάνθρωπον οἰκονομίαν καί ἐπιείκειαν, ἀπαλύνουσαι, κατὰ τὰς εἰδικὰς ταύτας περιπτώσεις, τὸ τυχὸν «στύφον» τῶν ἱερῶν νηστειῶν. Πάντα δέ ταῦτα ἐντὸς τῶν πλαισίων τῶν ὡς ἄνω λεχθέντων καί ἐπὶ τῷ σκοπῷ νὰ μὴν ἀτονήσῃ ποσῶς ὁ ἱερός θεσμός τῆς νηστείας. Ἡ φιλάνθρωπος αὕτη συγκατάβασις πρέπει νὰ ἀσκηθῆ ὑπὸ τῆς Ἐκκλησίας μετὰ πάσης φειδοῦς, ὡπωςδῆποτε δέ ἐπὶ τὸ ἐπιεικέστερον διὰ τὰς νηστείας ἐκεῖνας, δι' ἃς δέν ὑπάρχει ὁμοίομορφος πάντοτε καί εἰς ἀπάσας τὰς περιπτώσεις παράδοσις καί πρᾶξις ἐν τῇ Ἐκκλησίᾳ. «... Καλὸν τὸ νηστεύειν πᾶσαν ἡμέραν, ἀλλ' ὁ μὴ ἐσθίων τὸν ἐσθίοντα μὴ κρινέτω . Ἐν τοῖς τοιούτοις οὐ νομοθετεῖν, οὐ βιάζεσθαι, οὐκ ἀναγκαστικῶς ἄγειν τὸ ἐγχειρισθὲν προσήκει ποιμνιον, πειθοῖ δέ μᾶλλον, καί ἠπιότητι, καί λόγῳ ἄλατι ἠρτυμένῳ ..» (Ἰωάννου Δαμασκηνοῦ, Περί τῶν ἁγίων νηστειῶν, 3. PG 95, 68 B).

9) Ὡσαύτως, ὀφείλει τό σύνολον τῶν πιστῶν τῆς Ἐκκλησίας νά τηρῆ τάς ἱεράς νηστείας καί τήν ἀπό μεσονυκτίου ἀσιτίαν προκειμένου νά προσέρχεται τακτικῶς εἰς τήν θείαν Μετάληψιν, ἥτις εἶναι ἡ κατ' ἐξοχήν ἔκφρασις τῆς ἐκκλησιαστικῆς ὀντότητος, νά ἐθισθῆ δέ ὥστε νά νηστεύῃ εἰς ἔνδειξιν μετανοίας, εἰς ἐκπλήρωσιν πνευματικῆς ὑποσχέσεως, πρὸς ἐπίτευξιν ἱεροῦ τινος σκοποῦ, εἰς καιροῦς πειρασμοῦ, ἐν συνδυασμῶ πρὸς αἰτήματα αὐτοῦ παρά τοῦ Θεοῦ, πρό τοῦ βαπτίσματος (διά τούς προσερχομένους εἰς τό βάπτισμα ἐνηλίκους), πρό τῆς χειροτονίας, εἰς περιπτώσεις ἐπιτιμίων, κατά τάς ἱεράς ἀποδημίας καί εἰς ἄλλας παρομοίας περιστάσεις.