

«Νηστεύσωμεν ἀδελφοί σωματικῶς, νηστεύσωμεν καί πνευματικῶς»

Μέ αὐτά τὰ λόγια ὁ ὕμνωδός μᾶς λέει ὅτι ἡ νηστεία μας δέν ἐπιτρέπεται νά περιορίζεται στήν ἀποχή μόνο ἀπό τίς τροφές. Δέν πρέπει νά ἀλλάξει μόνο τό περιεχόμενο τῆς χύτρας, ἀλλά πρό παντός τῆς καρδιάς μας.

Δέν εἶναι ἐφεύρεση ἀνθρώπινη, ἀλλά ἐντολή Θεοῦ. Εἶναι μία ἐλεύθερη πράξη θυσίας τῶν ἐπιγείων μέ σκοπό τήν πνευματική προκοπή καί τελείωση. Εἶναι θεληματική ἄρνηση σέ κάθε πρᾶγμα πού ὑποδουλώνει καί διαστρέφει τήν ψυχή καί τό σῶμα. Εἶναι μέσο ἄσκησης τῆς ὑπακοῆς στό θέλημα τοῦ Θεοῦ καί τό ἀποτελεσματικότερο ὄπλο ἐνίσχυσης τῆς θέλησης. Εἶναι ἀκόμη τό ξεκίνημα τῆς μετάνοιας καί ὁ γνησιότερος ἐκφραστής της. Ἀποτελεῖ, σέ συνδυασμό μέ τό ὄπλο τῆς προσευχῆς, τήν κυριότερη συμβολή τοῦ ἀνθρώπου στόν ἀγῶνα γιά τήν κατόρθωση τοῦ ἁγιασμοῦ του.

Γιά νά ἔχει τή χάρη καί τήν εὐλογία τοῦ Θεοῦ, γιά νά εἶναι ἀληθινή καί εὐάρεστη στόν Θεό πρέπει νά συνοδεύεται καί ἀπό πνευματική νηστεία, πού εἶναι κατά τόν ἅγιο Ἰωάννη τῆς Κλίμακος: «ἡ ἀλλοτρίωση τῶν κακῶν, ἡ ἐγκράτεια τῆς γλώσσας, ἡ ἀποχή τοῦ θυμοῦ, τῆς καταλαλιάς, τοῦ ψεύδους καί τῆς ἐπιπορκίας».

Νηστεύει κανείς ἀνάλογα μέ τήν ἰδιοσυγκρασία, τήν ἀντοχή καί τίς δυνατότητές του. Ὅχι γιά νά ὑπερηφανεῖται, ὄχι γιά τό «θεαθῆναι», ὄχι κατακρίνοντας τούς ἄλλους πού δέν νηστεύουν. Οὔτε γιά νά τρώμε πολυδάπανα νηστήσιμα ἐδέσματα πού μᾶς εὐχαριστοῦν καί μάλιστα σέ μεγάλη ποικιλία καί ποσότητα.

Εἶναι ἄκαρπη ἡ νηστεία, κατά τόν ἅγιο Βασίλειο, ἂν δέν συνοδεύεται ἀπό ἔντονο πνευματικό ἀγῶνα. Νά λύνεις κάθε δεσμό ἀδικίας. Νά εἶναι «ἀμαρτημάτων ἀναχώρηση», «ὑπερασπιστής κάθε ἀρετῆς» καί «πηγή σωφροσύνης». Νά ἀποφεύγεις τήν πολυφαγία καί νά προσέχεις τήν ἄκρα ἀσιτία. Νά συγχωρεῖς τόν πλησίον γιά τό κακό πού σοῦ ἔκανε. Νά συνδυάζεται μέ τή φιλανθρωπία.

Ὁ μέγας φωστήρας καί διδάσκαλος τῆς Ἐκκλησίας, ὁ ἅγιος Ἰωάννης ὁ Χρυσόστομος, ἐρωτᾷ: Νηστεύεις; Δεῖξτε μου μέ τά ἔργα σου.

Ἄν δεῖς φτωχό, βοήθησέ τον. Ἄν δεῖς ἐχθρό, νά συμφιλιωθείς μέ αὐτόν. Ἄν δεῖς φίλο νά προκόβει, μήν τόν φθονήσεις. Ἄν δεῖς ὁμορφὴ γυναίκα στόν δρόμο, μή στέκεσαι καί τήν περιεργάζεσαι!

Ἄς μή νηστεύει μόνον τό στόμα ἀλλά καί τά μάτια, καί ἡ ἀκοή, καί τά πόδια, καί τά χέρια, καί ὅλα τά μέλη τοῦ σώματος, καί ὅλες οἱ αἰσθήσεις. Νά μήν τρώμε κρέας καί νά κατατρῶμε τίς σάρκες τῶν ἀδελφῶν.

Καί συμπλήρωνε: Τό στόμα νά νηστεύει ἀπό λόγια ἄπρεπα καί ὕβριστικά ἢ συκοφαντικά. Τά χέρια ἀπό τήν πλεονεξία καί τήν ἄρπαγή. Τά μάτια ἀπό τήν ἀκολασία καί τά ἄπρεπα θεάματα. Ἡ ἀκοή μέ τό νά μήν δέχεται κατηγορίες καί διαβολές.

Ἄς πάρουμε στά χέρια μας ἀντί γιά μαχαίρι τήν νηστεία πού κόβει στή ρίζα κάθε ἀμαρτία. Καί ἔτσι νά ἐλευθερωθοῦμε ἀπό τά πάθη μας.

Ἀρχιμ. Ἰωήλ

ΑΠΟ ΤΟ ΣΚΟΤΑΔΙ ΤΟΥ ΑΘΕΪΣΜΟΥ ΣΤΟ ΦΩΣ ΤΗΣ ΠΙΣΤΗΣ

Ως χριστιανοί δέν έχουμε έκτιμήσει τόν πλούτο τής πίστης πού μās προσφέρει ή Έκκλησία μας. Ίσως αυτό νά όφείλεται στό ότι μεγαλώσαμε σέ μία παραδοσιακά χριστιανική οίκογένεια καί τήν χριστιανική πίστη μας τήν θεωρούμε δεδομένη. Όμως υπάρχουν άνθρωποι πού τήν πίστη στόν Χριστό τήν βρήκαν άφου πρώτα πέρασαν από τό σκοτάδι τής άθεΐας.

Χαρακτηριστική είναι ή περίπτωση τής Άγιαάν Χίρσι Άλί. Η Άλί μεγάλωσε στην Άφρική καί γαλουχήθηκε μέσα στό Ίσλάμ. Όταν κατάλαβε ότι αυτό περιλαμβάνει έξτρεμισμό καί τρομοκρατία, άρχισε νά σκέπτεται τόν χριστιανισμό. Στην πορεία τών αναζητήσεών της διάβασε μία όμιλία του βρετανού φιλοσόφου Bertrand Russell, πού είχε κυκλοφορήσει στό Λονδίνο μέ τίτλο «Γιατί δέν είμαι χριστιανός», στην όποία παρουσιάζεται ή θρησκεία ως άποτέλεσμα φόβου. Πολλοί άνθρωποι έπηρεάστηκαν από τήν όμιλία αυτή καί έχασαν τήν πίστη τους. Η άνάγνωσή της από τήν Άλί τήν όδήγησε στό νά εγκαταλείψει τό ενδιαφέρον της για τόν χριστιανισμό καί νά δηλώσει άθεη.

Όμως ή προσχώρησή της στόν άθεϊσμό δέν γέμισε τό κενό τής ψυχής της καί συνέχισε τίς αναζητήσεις της. Στίς 11 Νοεμβρίου 2023 δημοσίευσε στό διαδίκτυο ένα αυτοβιογραφικό κείμενο μέ τίτλο «Γιατί τώρα είμαι χριστιανή», στό όποιο έξηγεί πώς από τή νύχτα τής άθεΐας οδηγήθηκε στό φώς του Χριστού.

Δύο λόγους επικαλείται για τή μεταστροφή της. Πρώτον ότι ό εύρωπαϊκός



πολιτισμός άποτελεί προϊόν του χριστιανισμού. Η άξιοπρέπεια του ανθρώπου, ή έλευθερία του λόγου, τό κράτος δικαίου, ή έπιστήμη καί ή παιδεία, άποτελούν κατακτήσεις πού δέν θά ύπήρχαν χωρίς τήν έπίδραση του χριστιανισμού. Ό δεύτερος λόγος τής μεταστροφής της, όπως τόν περιγράφει ή ίδια εί-

ναι ό έξής: «Στράφηκα στόν χριστιανισμό έπειδή τελικά συνειδητοποίησα ότι ή ζωή χωρίς πνευματική παρηγοριά είναι άβάσταχτη. Ό άθεϊσμός απέτυχε νά δώσει άπάντηση σέ ένα άπλό έρώτημα: ποιός είναι ό σκοπός καί τό νόημα τής ζωής»;

Σύμφωνα μέ τήν Άλί, τό κενό πού άφησαν ή άπουσία του Θεού καί τής Έκκλησίας στίς ζωές τών ανθρώπων, δέν μπόρεσαν νά τό καλύψουν ούτε ή λογική, ούτε άλλες ιδεολογίες καί φιλοσοφίες πού αναπτύχθηκαν στη Δύση.

Όλοκλήρωσε τήν αυτοβιογραφία της μέ τά λόγια: «Γι' αυτούς τούς λόγους δέν θεωρώ πλέον τόν έαυτό μου άποστάτη του Ίσλάμ, αλλά του άθεϊσμού. Έχω ακόμα νά μάθω πολλά για τόν χριστιανισμό. Όλο καί κάτι ανακαλύπτω κάθε Κυριακή πού πηγαίνω στην Έκκλησία».

Άς παρακαλέσουμε τόν Κύριό μας Ίησού Χριστό νά μήν έπιτρέψει στους άνέμους του άθεϊσμού πού πνέουν ισχυροί στην έποχή μας, νά άποδυναμώσουν τήν πίστη μας, αλλά μέ σταθερή άπόφαση νά μείνουμε έδραίοι καί άμετακίνητοι στην χριστιανική μας ζωή καί στην Άγία μας Έκκλησία.

Άρχμ. Ίωαννίκιος

Η ΧΑΡΑ ΣΤΗΝ ΥΠΟΜΟΝΗ!

Σ τήν Ἀθήνα τοῦ 18ου αἰώνα, ὁ Ἀντώνιος, ἓνα παιδί δώδεκα ἐτῶν, πῆγε νά δουλέψει μέ μισθό σέ κάποιους Τούρκους, πρὸς ἀνακούφιση τῆς φτώχειας τῶν γονέων του. Λόγω τῶν πολεμικῶν ταραχῶν τῆς ἐποχῆς, ὁ Ἀντώνιος σκλαβώθηκε καί ἐν συνεχείᾳ πούληθηκε ὡς δοῦλος σέ διάφορα ἀλλόθρησκα ἀφεντικά. Σέ ὅλες αὐτές τίς ἀλλαγές ζωῆς, μέ σθένος, πολλές φορές ἀρνήθηκε νά ἀλλαξοπιστήσει, παρά τίς ὑποσχέσεις δωρεῶν ἀλλά καί τίς τιμωρίες πού τοῦ ἐπέβαλαν. Τελικά πούληθηκε σέ ἓναν Ὀρθόδοξο Χριστιανό, στήν Κωνσταντινούπολη. Ἐκεῖ ἠσύχασε ὁ νέος. Μάλιστα, πῆγε σέ πνευματικό, ἐξομολογήθηκε μέ κατάνυξη καί συντριβή καρδίας καί μετέλαβε τῶν ἀχράντων μυστηρίων. Ἀλλά ὁ πειρασμός ἔφθασε πάλι στόν Ἀντώνιο. Τό τελευταῖο ἀφεντικό του, μουσουλμάνος ἀξιωματοῦχος, πέρασε ἀπό τό μαγαζί ὅπου ἐργαζόταν ὁ νέος, τόν ἀναγνώρισε καί ἤ συκοφαντία ἔτοιμη: ὁ Ἀντώνιος εἶχε ἀλλαξοπιστήσει καί τώρα παριστάνει τόν χριστιανό. Τόν ἄρπαξαν λοιπόν καί τόν ἔφεραν στόν κριτή. Στήν ἀνάκριση ὁ Ἀντώνιος ἀπάντησε στόν δικαστή, στίς ἀπειλές βασανιστηρίων, ὡς ἐξῆς:

«Μή νομίζεις ὅτι θά μέ μεταστρέψεις ἀπό τήν πίστη τοῦ Χριστοῦ μέ τίς φοβέρες σου. Γι' αὐτό, βασάνιζε, μαστίγωνε, κόβε τό σῶμα μου. Εἶναι πιό εὐκολο γιά σένα νά γίνεις χριστιανός, παρά ἐγώ νά ἀρνηθῶ τόν Χριστό καί νά μήν τόν ὁμολογῶ Υἱό τοῦ Θεοῦ καί Θεό ἀληθινό».

Πόση ὑπομονή, πίστη καί δύναμη ψυχῆς σέ ἓνα νεαρό παιδί! Γιατί; Ἐπειδή κατάλαβε ὅτι ζωή χωρίς τόν Χριστό, δέν ἀντέχεται, ἀφοῦ δέν ἔχει νόημα! Γι' αὐτό, καί σήμερα σέ ὅλη τήν γῆ ἔχουμε χριστιανούς πού μαρτυροῦν γιά τήν πίστη τους.

Στήν συνέχεια, ὁ κριτής στέλνει τόν

Ἀντώνιο στόν βεζύρη (=πρωθυπουργό) μέ κρυφό σημεῖωμα ὅτι ὁ νέος εἶναι ἀθῶος καί ἄδικα τόν συκοφάντησαν. Ὁ βεζύρης τό κατάλαβε καί ὁ ἴδιος, καί ἔψαχνε εὐκαιρία νά τόν ἐλευθερώσει. Ἀλλά φοβόταν τήν βαρβαρότητα καί ἀγριότητα τοῦ τουρκικοῦ ὄχλου. Γι' αὐτό, φυλάκισε, προσωρινά, τόν Ἀντώνιο. Μέσα στήν φυλακή ὁ Ἀντώνιος ἦταν γεμάτος χαρά! Ἀκόμη, συμβούλευε τούς ἄλλους φυλακισμένους νά ἔχουν ὑπομονή στούς πειρασμούς καί στίς θλίψεις. Καί ἂν πρόκειται γιά τήν πίστη στόν Χριστό, νά προτιμοῦν τόν θάνατο, παρά νά Τόν ἀρνηθοῦν. Τά ἐλάχιστα χρήματα πού εἶχε, τά ἔδωσε ἐλεημοσύνη στούς φτωχοῦς φυλακισμένους. Ἔστειλε δέ καί γράμμα μέ τό ὅποιο ζητοῦσε τίς εὐχές τῶν ἱερέων γιά τό ἐπερχόμενο μαρτύριο. Καί παρακαλοῦσε νά τοῦ κάνουν τά μνημόσυνα, καί νά παρηγορήσουν τούς γονεῖς του. Τέλος, τόν ἀποκεφάλισαν στίς 5 Φεβρουαρίου 1774. Τά τελευταῖα λόγια του ἦταν: «Κύριε, στά χέρια σου παραδίδω τό πνεῦμα μου».

Ἐκκωφαντικό ξυπνητήρι γιά ὅλους μας ἡ ζωή καί τό μαρτύριο τοῦ ἁγίου Ἀντωνίου τοῦ Ἀθηναίου καί μάλιστα κάτω ἀπό τόσο δύσκολες συνθήκες ἐπιβίωσης! Ξυπνητήρι, γιά τούς μακράν τοῦ Χριστοῦ ζῶντες, χριστιανούς καί μή. Γιά νά ἀρχίσουν νά ψάχνουν ποιός εἶναι ὁ Χριστός. Εἶναι δέ ξυπνητήρι καί γιά μᾶς τούς ὀρθοδόξους χριστιανούς πού διακηρύττουμε ὅτι πιστεύουμε μέν, ἀλλά δέν θέλουμε νά ζοριστοῦμε σέ ὅ,τι ἀφορᾶ τά πάθη καί τίς ἀδυναμίες μας. Ὅμως, ὅπως ὁ Χριστός στερέωσε, φώτισε καί ἐνδυνάμωσε τόν νεαρό Ἀντώνιο, τό ἴδιο μπορεῖ νά κάνει καί γιά τόν καθένα μας. Ἄρκει μόνον νά τό θελήσουμε!

Ἀρχμ. Νίκων

Η ΠΕΙΝΑ ΚΑΙ Η ΔΙΨΑ ΤΟΥ ΘΕΟΥ

Εξ αιτίας της έωσφορικής φιλοδοξίας του Άγγελου Σικελιανού να «σκαρώσει» (όπως έλεγε) δική του θρησκεία μαζί με τον Νίκο Καζαντζάκη (αυτός ήταν και ο λόγος που έμειναν κάποιους μήνες... στο Άγιον Όρος!), οι διανοούμενοι της εποχής τους είχαν προσάψει τό παρατσούκλι «θεοί!» Τό καλοκαίρι, λοιπόν, του 1943 τούς επισκέφθηκε στην Αίγινα ή φεμινίστρια και πολιτικός Άγνη Ρουσοπούλου. Όταν λίγο μετά συναντήθηκε στην Άθινα μέ έναν λογοτέχνη, τή ρώτησε:

– Μαθαίνω πώς πηγαίνεις στην Αίγινα. Τί κάνουν οι «θεοί»;

– Οι «θεοί» πεινούν! ήταν ή απάντηση τής Άγνης, άφου τότε ή Ελλάδα βρισκόταν υπό χιτλερική κατοχή και λιμοκτονούσε (άπό τό βιβλίο τής Έλλης Άλεξίου «Υπό έχεμύθειαν»).

* * *

Καί ό Ένας και Μόνος Άληθινός Θεός δύο φορές άναφέρεται στην Καινή Διαθήκη ότι πείνασε ως άνθρωπος. Μετά τήν τεσσαρακονθήμερη νηστεία Του στην έρημο και όταν έστειλε τούς μαθητές του «εις πόλιν Σαμαρείας ίνα τροφάς αγοράσωσιν». Και άλλες δύο φορές εξέφρασε τή δίψα Του: Όταν είπε στη Σαμαρείτιδα «δός μοι πιείν» και όταν ήταν επάνω στον Σταυρό. Μόνο που αυτές οι έκδηλώσεις τής σωματικής πείνας και δίψας του Χριστού ήταν καρποί εκούσιας συγκατάβασης και όχι καρποί ανάγκης, όπως ήταν για τούς ... επίδοξους «θεούς» λογοτέχνες μας.

Όμως ή πραγματική πείνα του Χριστού δεν ήταν για επίγειες τροφές. Όταν οι μαθητές του του έδωσαν να φάει άπό αυτά που άγόρασαν, τούς είπε: «Η δική μου τροφή είναι να κάνω τό θέλημα του Πατέρα μου, που μέ έστειλε στον κόσμο, και να όλοκληρώσω

τό έργο τής σωτηρίας των ανθρώπων» (Ιω. 4, 34).

Καί ή δική του δίψα δεν ήταν για τό έπιγεο νερό των φυσικών πηγών. Είναι δίψα μόνο για τή δική μας σωτηρία! Ένα τροπάριο τής Κυριακής τής Σαμαρείτιδος λέει χαρακτηριστικά: «Ο Χριστός ζήτησε άπό τή Σαμαρείτιδα να του δώσει νερό άπό τό πηγάδι του Ιακώβ **“διψών τήν ταύτης διόρθωσιν και σωτηρίαν”**. Κι ενώ εκείνη πήγε, για να βγάλει νερό άπό τό πηγάδι, τελικά Έκείνος έδωσε τό δικό του ζωντανό νερό, για να ξεδιψάσει όχι μόνο αυτή αλλά και οι συμπολίτες της».

Η σταθερή μετάνοια του καθενός μας είναι τό πιό δροσερό «ποτό» και τό πιό νόστιμο «φαγητό», ή μεγαλύτερη αιτία χαράς και ευτυχίας για τον Χριστό και για όλον τον Παράδεισο. Τρεις παραβολές διηγήθηκε στη διδασκαλία του (Λουκ. 15) - τήν παραβολή του χαμένου προβάτου, τήν παραβολή τής χαμένης δραχμής και τήν παραβολή του άσώτου υιού - για να τονίσει αυτή τήν αλήθεια. Και στίς τρεις, μετά τήν εύρεση των άπολεσθέντων και τήν επιστροφή του άσώτου, ακολουθει γλέντι!

Τόση είναι ή συγκατάβαση του Χριστού και ή αγάπη του, ώστε να μάς αξιώνει να γινόμαστε *τροφείς του χορταίνοντα* τήν πείνα του και τή δίψα του για τή δική μας σωτηρία!

Πόση τιμή για μάς, αλλά και πόσο μεγάλη ευθύνη!

Άρχμ. Βαρνάβας

ΛΥΧΝΙΑ ΝΙΚΟΠΟΛΕΩΣ

Μηνιαίον Περιοδικόν

Ι. Μητροπόλεως Νικοπόλεως και Πρεβέζης

Έκδότης: Μητροπολίτης Νικοπόλεως και Πρεβέζης
Χρυσόστομος

Υπεύθ.: Άρχμ. Νίκων Κουτσίδης • ΤΗΛ. 2682051161
Κωδικός 270360

ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ 2026 • Άρ. Φύλλου 511 • Έτος ΜΣΤ'

Διανέμεται δωρεάν • Εισφορές δεκτές

Έκδοτική Παραγωγή «ΕΠΤΑΛΟΦΟΣ Α.Β.Ε.Ε.»
Άθινα

