

ΝΗΣΤΕΙΑ

Μέγας Βασίλειος : Η χριστιανική μας ζωή δεν νοείται χωρίς άσκηση.
Στην ασκητική αυτή προσπάθεια ιδιαίτερα σημαντική θέση κατέχει η νηστεία.



- Η λέξη **νηστεία** είναι σύνθετη και προέρχεται από το αρνητικό μόριο *νη* και το ρήμα *εσθίω*, που είναι άλλος τρόπος του *έσθω* και του *έδω* και που σημαίνει τρώγω.
- **Νήστις** – η πρώτη λέξη που δημιουργήθηκε – σημαίνει αυτός που δεν εσθίει, που δεν τρώγει. Από την λέξη αυτή στη συνέχεια προήλθε το ρήμα **νηστεύω** και το αφηρημένο ουσιαστικό **νηστεία**, που αρχικά σήμαινε την πλήρη αποχή από τροφές και ποτά, δηλαδή την ασιτία και ατροφία.

Αργότερα, με την αύξηση της χρονικής διάρκειας και την προοδευτική διαμόρφωση του θεσμού της νηστείας

- νηστεία δεν σήμαινε μόνο την πλήρη αποχή από στερεές ή υγρές τροφές, αλλά
- και την μερική αποχή, την αποχή δηλαδή από ορισμένες τροφές και την λήψη άλλων, συγκεκριμένων τροφών. Έτσι έχουμε την διάκριση σε νηστήσιμες και αρτυμένες ή αρτύσιμες τροφές.



ΔΥΟ ΟΨΕΙΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΣΤΗΝ ΟΡΘΟΔΟΞΗ ΕΚΚΛΗΣΙΑ

ΦΥΣΙΚΗ

αποχή από πλούσιες τροφές
όπως τα γαλακτερά προϊόντα,
αυγά και κάθε είδος κρέας

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ

αποχή μας από κακές
σκέψεις, επιθυμίες και
πράξεις.

ΣΚΟΠΟΣ

ΝΗΣΤΕΙΑΣ

ΑΥΤΟΠΕΙΘΑΡΧΙΑ

ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ
ΕΝΔΥΝΑΜΩΣΗ

ΧΑΛΙΝΑΓΩΓΙΣΗ
ΠΑΘΩΝ

ΨΥΧΙΚΗ ΑΠΕΞΑΡΤΗΣΗ ΑΠΟ ΥΛΙΚΑ
ΑΓΑΘΑ

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

ΚΑΤΑΝΥΞΗ

ΦΩΤΙΣΜΟΣ

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ
ΨΥΧΗΣ

ΕΠΑΝΕΥΡΕΣΗ ΤΟΥ ΑΡΧΙΚΟΥ
ΣΚΟΠΟΥ ΤΗΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑΣ

Για να γίνουν όλα αυτά χρειάζεται

- όλο σου το θέλω όλο σου το μυαλό και υποταγή όλων σου των συναισθημάτων, δηλαδή η υποταγή και παράδοση στον Θεό όλης σου της ψυχής.
- Ο Θεός δεν θέλει να θυσιάσεις γι' αυτόν κάτι αλλά ζητά η θυσία που θα κάνεις να είναι η εκδήλωση της έμπρακτης αγάπης που θα δείξεις στον συνάνθρωπο σου.

ΝΗΣΤΕΙΑ ΣΤΗΝ Π.Δ ΚΑΙ Κ.Δ

- Η νηστεία αποτελεί πανάρχαιο θεσμό καθιερωμένο από τον ίδιο τον Θεό και μάλιστα από την αρχή της ζωής των Πρωτοπλάστων.
- « Και ενετείλατο Κύριος ο Θεός τώ Αδάμ λέγων, από παντός ξύλου του έν τώ Παραδείσω βρώσει φαγείν από δε του ξύλου του γινώσκειν καλόν και πονηρόν, ού φάγεσθε απ' αυτού(νηστεία). 'Η δ' αν ημέρα φάγητε απ' αυτού, θανάτω αποθανείσθε»(Γένεση Β' 16)
- Ακόμη και ο Μωϋσής νήστευσε για 40 μέρες για να πάρει από τον Θεό τις 10 Εντολές πάνω στο όρος Σινά.
- Στην Καινή Διαθήκη βλέπουμε ακόμη και τον ίδιο τον Θεάνθρωπο Ιησού Χριστό να νηστεύει για 40 μερόνυκτα πριν βγει στον δημόσιο βίο...

ΣΑΡΑΚΟΣΤΗ

- Η Μεγάλη Σαρακοστή είναι η αρχαιότερη από τις μεγάλες νηστείες της Ορθόδοξης Εκκλησίας
- Καθιερώθηκε τον 4ο αιώνα.
- Αρχικά διαρκούσε έξι εβδομάδες ενώ αργότερα προστέθηκε και η έβδομη εβδομάδα
- **ονομάζεται έτσι** γιατί περιλαμβάνει ακριβώς σαράντα ημέρες δηλ. από την Καθαρή Δευτέρα μέχρι και την Παρασκευή πριν το Σάββατο του Λαζάρου.
- **Μεγάλη ονομάζεται** όχι για τη μεγάλη διάρκειά της αλλά για τη σημασία της που γίνεται σε ανάμνηση των Παθών του Χριστού και αποτελεί την προετοιμασία των πιστών για τη μεγάλη γιορτή του Πάσχα.

