«Παχεία γαστήρ λεπτόν ου τίκτει νόον» (Γέρων Πορφύριος Καυσοκαλυβίτης)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 30 Σεπτεμβρίου, 2010

Δέν γίνεστε ἅγιοι κυνηγώντας τὸ κακό. Ἄστε τὸ κακό. Νὰ κοιτάζετε πρὸς τὸν Χριστὸ κι αὐτὸ θὰ σᾶς σώσει. Ἐκεῖνο ποὺ κάνει ἅγιο τὸν ἄνθρωπο εἶναι ἡ ἀγάπη, ἡ λατρεία πρὸς τὸν Χριστό, ἡ ὁποία δὲν μπορεῖ νὰ ἐκφραστεῖ, δὲν μπορεῖ, δὲν μπορεῖ... Καὶ προσπαθεῖ ὁ ἄνθρωπος νὰ κάνει ἀσκήσεις, νὰ κάνει τέτοια πράγματα καὶ νὰ καταπονεῖ τὸν ἑαυτό του γιὰ τὴν ἀγάπη τοῦ Θεοῦ.

Κανεὶς ἀσκητὴς δὲν ἅγιασε χωρὶς ἀσκήσεις. Κανεὶς δὲν μπόρεσε ν’ ἀνέλθει στὴν πνευματικότητα χωρὶς ν’ ἀσκηθεῖ. Πρέπει νὰ γίνονται ἀσκήσεις. Ἄσκηση εἶναι οἱ μετάνοιες, οἱ ἀγρυπνίες κ.λπ., ἀλλὰ ὄχι μὲ βία. Ὅλα νὰ γίνονται μὲ χαρά.**Δὲν εἶναι οἱ μετάνοιες ποὺ θὰ κάνουμε, δὲν εἶναι οἱ προσευχές, εἶναι τὸ δόσιμο, ὁ ἔρωτας γιὰ τὸν Χριστό, γιὰ τὰ πνευματικά. Ὑπάρχουν πολλοὶ ποὺ τὰ κάνουνε αὐτὰ ὄχι γιὰ τὸν Θεὸ ἀλλὰ γιὰ ἄσκηση, γιὰ ὠφέλεια σωματική. Ὅμως οἱ πνευματικοὶ ἄνθρωποι τὸ κάνουνε γιὰ ψυχικὴ ὠφέλεια, γιὰ τὸν Θεό.** Ἀλλὰ καὶ τὸ σῶμα ὠφελεῖται πολύ, δὲν ἀρρωσταίνει. Πολλὰ καλὰ ἔρχονται.

Μέσα στὴν ἄσκηση, τὶς μετάνοιες, τὶς ἀγρυπνίες καὶ τὶς ἄλλες κακουχίες εἶναι καὶ**ἡ νηστεία**. «Παχεία γαστὴρ λεπτὸν οὐ τίκτει νόον». Ἐγὼ τὸ γνωρίζω αὐτὸ ἀπ’ τοὺς Πατέρες. Ὅλα τὰ πατερικὰ βιβλία μιλοῦν γιὰ τὴ νηστεία. Οἱ Πατέρες τονίζουν νὰ μὴν τρῶμε δυσκολοχώνευτα φαγητὰ ἢ λιπαρὰ καὶ παχιά, γιατὶ κάνουν κακὸ στὸ σῶμα ἀλλὰ καὶ στὴν ψυχή. Λένε ὅτι τὸ προβατάκι τρώει τὰ χορταράκια τῆς γῆς κι εἶναι τόσο ἥσυχο. Εἴδατε ποὺ λένε, «σὰν τὸ πρόβατο». Ἐνῷ ὁ σκύλος ἢ ἡ γάτα κι ὅλ’ αὐτὰ τὰ σαρκοφάγα εἶναι ὅλα τους ἄγρια ζῶα. Τὸ κρέας κάνει κακὸ στὸν ἄνθρωπο. Κάνουν καλὸ τὰ χόρτα, τὰ φροῦτα κ.λπ. Γι’ αὐτὸ οἱ Πατέρες μιλοῦν γιὰ νηστεία καὶ κατακρίνουν τὴν πολυφαγία καὶ τὴν ἡδονὴ ποὺ αἰσθάνεται κανεὶς μὲ τὰ φαγητὰ τὰ πλούσια. **Νὰ εἶναι πιὸ ἁπλὰ τὰ φαγητά μας. Νὰ μὴν ἀσχολούμαστε τόσο πολὺ μ’ αὐτά**. (*Σημ. ΑΛΛΗΣ ΟΨΕΩΣ: «Πόσο μάλλον να παρακολουθούμε και τηλεοπτικές εκπομπές γι’ αυτά».*)

Δὲν εἶναι τὸ φαγητό, δὲν εἶναι οἱ καλὲς συνθῆκες διαβίωσης, ποὺ ἐξασφαλίζουν τὴν καλὴ ὑγεία. Εἶναι ἡ ἁγία ζωή, ἡ ζωὴ τοῦ Χριστοῦ. Ξέρω γιὰ ἀσκητὲς ποὺ νηστεύανε πολὺ καὶ δὲν εἴχανε καμιὰ ἀρρώστια. Δὲν κινδυνεύει νὰ πάθει κανεὶς τίποτε ἀπ’ τὴ νηστεία. Κανεὶς δὲν ἔχει ἀρρωστήσει ἀπ’ τὴ νηστεία. Πιὸ πολὺ ἀρρωσταίνουν ἐκεῖνοι ποὺ τρῶνε κρέατα κι αὐγὰ καὶ γάλατα,

παρὰ ἐκεῖνοι ποὺ εἶναι λιτοδίαιτοι. Εἶναι παρατηρημένο αὐτό. Νὰ τὸ πάρουμε καὶ ἀπὸ τὴν ἰατρικὴ ἐπιστήμη΄ τώρα τὸ συνιστᾶ αὐτὸ τὸ πράγμα. Οἱ νηστευτὲς νηστεύουν καὶ δὲν παθαίνουν τίποτε΄ ὄχι ἁπλῶς δὲν παθαίνουν, ἀλλὰ θεραπεύονται ἀπὸ ἀρρώστιες.

Γιὰ νὰ τὰ κάνετε ὅμως αὐτά, πρέπει νὰ ἔχετε πίστη. Ἀλλιῶς σᾶς πιάνει λιγούρα. Ἡ νηστεία εἶναι καὶ ζήτημα πίστεως. Ὅταν ἔχετε τὸν ἔρωτα στὸ θεῖον, μπορεῖτε νὰ νηστεύετε μὲ εὐχαρίστηση κι ὅλα εἶναι εὔκολα΄ ἀλλιῶς σᾶς φαίνονται ὅλα βουνό. Ὅποιοι ἔδωσαν τὴν καρδιά τους στὸν Χριστὸ καὶ μὲ θερμὴ ἀγάπη ἔλεγαν τὴν εὐχὴ, κυριάρχησαν καὶ νίκησαν τὴ λαιμαργία καὶ τὴν ἔλλειψη ἐγκράτειας.

Ὑπάρχουν σήμερα πολλοὶ ἄνθρωποι, ποὺ δὲν μποροῦσαν νὰ νηστέψουν μιὰ μέρα καὶ τώρα ζοῦν μὲ χορτοφαγία, ὄχι γιὰ λόγους θρησκευτικούς, ἁπλῶς γιατὶ πίστεψαν ὅτι αὐτὸ θὰ κάνει καλὸ στὴν ὑγεία τους. Ἀλλὰ πρέπει νὰ τὸ πιστέψεις, ὅτι δὲν πρόκειται νὰ πάθεις τίποτε, ποὺ δὲν τρώεις κρέας. Ὅταν ὁ ἄνθρωπος βέβαια εἶναι ἀσθενής, δὲν εἶναι ἁμαρτία νὰ φάει πρὸς στήριξιν τοῦ ὀργανισμοῦ καὶ φαγητὰ μὴ νηστήσιμα.

Τὸ ἁλάτι χρειάζεται στὸν ὀργανισμὸ τοῦ ἀνθρώπου. Ὑπάρχει μιὰ φήμη ὅτι τὸ ἁλάτι κάνει κακό. Δὲν εἶναι σωστὸ αὐτό. Εἶναι στοιχεῖο ποὺ χρειάζεται. Καὶ εἶναι ὁρισμένοι μάλιστα ποὺ τὸ ἔχουν πολὺ ἀνάγκη.

Ἐγὼ τί ὄνειρα ἔχω! Γιὰ τὸ Ἅγιον Ὄρος δηλαδή. Παρήγγειλα σιτάρι, γιὰ ν’ ἀλέθουμε, νὰ φτιάχνουμε ψωμὶ σταρίσιο. Καὶ σκέφτομαι νὰ πάρουμε διάφορα ὄσπρια καὶ νὰ τ’ ἀλέθουμε καὶ νὰ τ’ ἀνακατώνουμε, σιτάρι μὲ ρύζι, σόγια, σογιάλευρο μὲ φακὲς κ.λπ. Κι ἔπειτα ἔχουμε καὶ τὰ κολοκύθια καὶ τὶς ντομάτες καὶ τὶς πατάτες κι ὅλα τ’ ἄλλα χορταρικά. Καὶ μὲ τὸν πατέρα Ἡσύχιο εἴχαμε ἕνα ὄνειρο. Μιὰ φορὰ λέγαμε νὰ πᾶμε νὰ γίνουμε ἐρημίτες κάπου καὶ νὰ σπείρουμε σιτάρι καὶ νὰ τὸ μουσκεύουμε καὶ νὰ τὸ τρῶμε. Μήπως ὁ Μέγας Βασίλειος ἐκεῖ, στὴν ἔρημο, ἔτσι δὲν ἔκανε;

Ἀλλὰ τώρα ἐμᾶς μᾶς κακοφαίνεται.

(*Ἀπὸ τὸ βιβλίο «Βίος καὶ Λόγοι», ἐκδ. Ἱερᾶς Μόνης Χρυσοπηγῆς, Χανιὰ 2003.)*

(Πηγή ηλ. κειμένου: "Πειραϊκή Εκκλησία", Μηνιαίο Περιοδικό Ιεράς Μητροπόλεως Πειραιώς, φ. 212. Φεβρουάριος 2010)