

## De jejuniō

### Περὶ Νηστείας.

#### 61.787

Σάλπιγγος ὑψηλότερα βοῶ τὴν φωνὴν ἀνυψῶν, οὐχ ἵνα τέρψει ἡδονῆς τὴν ἀκοὴν ἀπατήσω, ἀλλ' ἵνα λέξει τῆς ἀληθείας τὴν ἡδονὴν σβέσω· καὶ παύσω μὲν ἀπὸ λόγου τὴν τῆς γαστρὸς ἐπιθυμίαν, ἐξεγερῶ δὲ διὰ πόθου τὴν τῆς νηστείας ἐργασίαν. Πόθος γὰρ νηστείας ἐπουράνιον τὸ κέρδος, κέρδος δὲ ἡδυπαθείας ἐπιζήμιον ἀπεργάζεται τὸ βλάβος. Ὁ μὲν γὰρ βρώσει σχολάζων, καὶ τὴν τῆς γαστρὸς πληρῶν ἐπιθυμίαν, τῆς ψυχῆς ζημιῶ τὴν ἐπικαρπία τὴν πνευματικὴν· ὁ δὲ νηστεία τὴν σάρκα μαραίνων, καὶ τῶν βρωμάτων τὴν ἀδηφαγίαν ἀποφεύγων, τῶν κρειττόνων θησαυρίζει τὴν προσδοκίαν.

Νηστεία γὰρ σωφροσύνην ἐκδιδάσκει, καρτερικὸν κατασκευάζει· νηστεία πρὸς εὐσέβειαν ἀλείφει, καὶ πρὸς ὑπομονὴν γυμνάζει· νηστεία ἀγγελικὴν ποιεῖ τὴν πολιτείαν, καὶ πνευματικὸν, ἀποτελεῖ τὸ σῶμα· νηστεία ψυχῆς ἐστὶ φυλακτήριον, καὶ σώματος ὄπλον ἀκαταμάχητον. Οὕτε γὰρ τὴν ἐπίβουλον ἡδονὴν παραδέχεται, 61.788 καὶ τὴν ἀντιστρατευομένην ἐπιθυμίαν καταγωνίζεται. Νηστεία εἰς οὐρανὸν ἀνάγει τὴν διάνοιαν καὶ πτεροῖ αὐτὴν πρὸς τὴν ἀθάνατον φύσιν. Νηστεύωμεν τοίνυν, ἀγαπητοὶ, μὴ σκυθρωποὶ τοῖς προσώποις τὰς ἡμέρας τῶν νηστειῶν διεξερχόμενοι, ἀλλὰ φαιδραῖς ταῖς ψυχαῖς ὡς δοῦλοι Χριστοῦ πρὸς αὐτὰς διατιθέμενοι. Εἰ γὰρ ἐπιθυμῶν τῇ νηστεία προσελήλυθας, μὴ στυγνάζε, ἀλλὰ χαίρου· καθαίρει γὰρ σου τὴν ψυχὴν τὸ δηλητήριον. Μὴ περὶ καλῶν τὴν νηστείαν ἐκδέχου, ὧν ἡδέα τὰ βρώματα· ἀλλ' ὑπομένων μακροθύμει ἡδύτερα τῶν βρωμάτων δεχόμενος τὰ διδάγματα. Διὰ τοῦτο νηστεύεις ἀπὸ βρωμάτων, ἵνα τραφῆς διὰ τοῦ Πνεύματος· καὶ διὰ τοῦτο ἀπέχη τῶν σωματικῶν ἐδεσμάτων, ἵνα ἐμπλησθῆς τῶν πνευματικῶν ἀναθημάτων. Φάρμακόν ἐστὶν ἀναιρετικὸν τῆς ἀμαρτίας ἡ νηστεία, καὶ κατάπλασμα ψυχῆς μαλακτικόν, ἀποπλύνουσα πρὸς εὐσέβειαν. Καὶ ὡς περ τὰ χεῖρονα πάθη δριμυτάτοις τισὶ καὶ στυπτι 61.789 κωτάτοις καταπασσόμενα, τὸ μὲν σηπτικὸν τοῦ σώματος ἀπορρίπτει· τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ τὴν ἐνυπομυχεύουσαν ἀμαρτίαν καὶ κατὰ τῆς ψυχῆς νεμομένην στυπτικωτάτη ὑπείσελθοῦσα νηστεία ἀναξηραίνει μὲν αὐτὴν κατ' ὀλίγον λεπτύνουσα, ἐξαφανίζει δὲ εἰς ἅπαν ἀποκαθαίρουσα.

Διὰ τοῦτο εἰ καὶ ἐπίπονος ἡ νηστεία, ἀλλ' ὠφέλιμος καὶ εὐπρόσιτος. Μὴ τοίνυν λυπούμενος νηστεύσης, ἵνα μὴ τὸν κάματον ἀπολέσης· μηδὲ γογγύσης ὅτι ὀλίγον βραδύνεις, ἵνα μὴ δι' ὀλίγον τοῦ ὄλου ζημίαν ὑπομείνης. Ὅσω γὰρ νηστεία ὑποστύφει τὸ σῶμα, τοσοῦτον ἐκ τῆς νηστείας ὠφέλεια. Ἀνάδραμε ἐπὶ τὰς τῶν δικαίων πολιτείας, καὶ εὐρίσκεις αὐτοὺς τὸ πλεῖον διὰ νηστείας εὐδοκιμήσαντας. Πρῶτον Μωϋσῆς νηστεύσας ἐπὶ τὸν γνόφον εἰσελήλυθε, καὶ συνόμιλος τῷ Θεῷ διὰ νηστείας γέγονε. Τεσσαράκοντα ἡμέρας τὴν νηστείαν ἐπισυνάψας, νομοθέτης διὰ νηστείας ἐχημάτισε· καὶ οὔτε ἄρτον ἔφαγεν, οὔτε οἶνον ἔπιεν· ἠρκεῖτο γὰρ τροφῇ τὴν νομοθεσίαν παρὰ τοῦ νομοθέτου ἐκδιδασκόμενος. Ἴνα δὲ μάθης πόσον ὠφελεῖ ἡ νηστεία, καὶ πόσον βλάπτει ἡ μέθη νηστεία ἀντιστρατευομένη· κατανόησον τοῖς ὑπὸ Μωϋσέως πραττομένοις, καὶ τοῖς ὑπὸ τοῦ λαοῦ γιγνομένοις, καὶ εὐρήσεις τὴν δύναμιν τῆς νηστείας. Ἄνω Μωϋσῆς τὸν νόμον ἐλάμβανε, καὶ κάτω ὁ λαὸς τὸν νόμον ἀνέτρεπε. Λυπηθεὶς γὰρ Μωϋσῆς τὸν νόμον συνέτριβεν, οὐκ εὐλογον ἠγησάμενος μεθύουσι τὸν νόμον πιστεῦσθαι, καὶ

διανοίαις οἴνω βεβαρημέναις λόγια παραδίδοσθαι. Βλέπε πόσον ἀδικεῖ ἡ μέθη ἀντιπίπτουσα τῇ νηστεία. Ἄλλὰ πάλιν νηστεία τοσοῦτον κακὸν ἐπανορθώσασα ταῖς αὐταῖς χρησάμενος ἡμέραις, πάλιν ἐπανεκαλέσατο τὸν νόμον. Μνημόσυνον ἡμῖν καταλέλοιπε πρὸς ἀσφάλειαν βίου καὶ πολιτείας, τάχα διὰ τούτου γινομένου καὶ μυστήριον τι ἐντεινόμενος. ὅτι ἡ μὲν πρώτη νομοθεσία ἀργήσῃ, συντριβομένη διὰ τὴν τοῦ προτέρου λαοῦ ἀπιστίαν· ἡ δὲ δευτέρα ἐνήργησε πανταχοῦ διδομένη, τοῦ δευτέρου πιστῶς δεχομένου τὸν δεύτερον νόμον, καὶ συμφυλάττοντος.

Καὶ Ἡλίας δὲ τεσσαράκοντα ἡμέρας νηστεύσας, καὶ μιᾶ τροφῇ τὴν ἔρημον διοδεύσας, οὐκ ἠσθάνετο καμάτου· νηστεία γὰρ αὐτὸν ἐβάσταζε, τὸν πόνον ἐπικουφίζουσα· καὶ μετὰ νηστείαν Θεὸν ἐθεάσατο, καθὼς οἶόν τε τὴν ἀνθρωπίνην φύσιν κατανοῆσαι. Οὐ σωματικοῖς ὀφθαλμοῖς τὸν ἀσώματον ἐθεάσατο, ἀλλὰ καρδίᾳ τὸν ἀόρατον κατανοήσας, κατὰ τὴν τῆς ψυχῆς καθαρότητα. Μακάριοι γὰρ οἱ καθαροὶ τῇ καρδίᾳ, ὅτι τὸν Θεὸν ὄψονται. Οὕτω νηστεύσας, τὸν οὐρανὸν ἀπέκλεισε κατὰ τῶν ἀκολάστων, καὶ τρυφῇ τὸν ἑαυτῶν βίον καταδαπανώντων, ἴν' ὅπερ οὐχ εἴλοντο ἰδίᾳ προαιρέσει μετερχόμενοι, τοῦτο διὰ τῆς τοῦ λιμοῦ νηστείας μάθωσι παιδευόμενοι, καὶ γνῶσι, πῶς ὠφέλιμός ἐστὶν ἡ νηστεία, καὶ ἐν καιρῷ τρυφῆς τὴν ἐργασίαν ἐπιδεικνυμένη. Δανιὴλ δὲ καὶ αὐτὸς τρεῖς ἑβδομάδας νηστεύσας, καὶ ἄρτον ἐπιθυμιῶν μὴ γευσάμενος, εἰς λάκκον λεόντων διὰ ζῆλον τῶν ἀκολάστων παραγενόμενος, καὶ λέοντας ἐκεῖ νηστεύειν ἐδίδαξεν. Ἐδυσωπήθησαν γὰρ τὸν νηστευτὴν οἱ ἄγριοι θῆρες, ἡμερώτεροι τῶν λογικῶν θηρίων γενόμενοι, καὶ ἀπέκλεισαν τὸ ἴδιον στόμα, τοῦ ἀγίου σώματος ἄψασθαι μὴ κατατολήσαντες. Ὡσπερ γὰρ ὄπλον τῷ ἰδίῳ σώματι παραθέμενος τὴν νηστείαν, καὶ ὄλον ἑαυτὸν δι' αὐτῆς ὀχυρώσας, ἀπεπλάνησε τοὺς ὀφθαλμοὺς τῶν λεόντων, μὴ σῶμα ἀνθρώπινον, ἀλλὰ σῶμα ἀγγελικὸν ἐπιδειξάμενος. Καὶ οἱ τρεῖς παῖδες ἐν Βαβυλῶνι, μὴ βουληθέντες τῇ παρανόμῳ τραπέζῃ τοῦ βασιλέως κοινωνῆσαι, ἀλλὰ τῇ κατὰ νόμον νηστεία ἐξακολουθῆσαι, εἰς τὴν ἐξαφθεῖσαν πυρὰν τῆς καμίνου εἰσελθόντες ἔσβησαν τὴν φλόγα, δρόσον ἀντὶ πυρὸς τὴν κάμινον διὰ νηστείας ἐργασάμενοι· καὶ τῶν μὲν ἀπείρων τῆς νηστείας τὸ πῦρ κατετόλμησε πάντας γὰρ τοὺς περιστώτας Χαλδαίους κατεδαπάνησε· τοὺς δὲ ἐν συνηθείᾳ τῆς νηστείας ὑπανεχώρησε, τοῦ σώματος αὐτῶν ἄψασθαι μὴ δυνάμενον. Οὐδὲ γὰρ ὕλη τις ἦν ἐν τῷ σώματι, τῆς νηστείας πνευματικὸν αὐτὸ ἐργασαμένης.

Ὅμοιως δὲ 61.790 καὶ Νινευῖται νηστεύσαντες τὸν θάνατον ἀπεκρούσαντο· τρεῖς γὰρ ἡμέρας νηστεία ἐκτενῶς προσκατερήσαντες, τὴν αἰώνιον κόλασιν δι' ἡμερῶν ὀλίγων μεταποιήσαντες, αἰώνιον ἔπαινον τῷ κόσμῳ καταλελοίπασιν. Ὁρᾶτε, ἀγαπητοί, πόσον ἰσχύει νηστεία μετ' εὐχῆς καὶ ἔργων ἐκτελουμένη. Νηστεία γὰρ καὶ δέησις ἐκ θανάτου ρύεται· δικαιοσύνη δὲ ὑπὲρ ἀμφοτέρων. Νηστεία καὶ θανάτου ἀναίρεσις, καὶ ὀργῆς ἀπολύτρωσις· νηστεία κάθαρσις διανοίας, ὁμοδίαιτος ἐγκρατείας, γυμνάσιον εὐσεβείας, ζυγὸς δικαιοσύνης. Οἶδε νηστεία πλούσιον τὸν πένητα ἀπεργάζεσθαι· οὐ γὰρ ἀκαίρως δαπανᾶν συγχωρεῖ, τοῦ μέτρου τὴν αὐτάρκειαν παρεχομένη· οἶδε καὶ τὸν πλούσιον οἰκονόμον τῶν ἰδίων χρημάτων κατασκευάζειν, μὴ ἀδεῶς συγχωροῦσα καταπαύειν· ἐπίσταται καὶ νεότητος νηστεία ἀκμήν. Διδάσκει χαλινὸν τῶν βρωμάτων, περιτίθησι τὴν ἐγκράτειαν, καὶ σοφῶς ἠνιοχοῦσα πρὸς εὐσεβίαν καὶ σωφροσύνην. Οἶδε καὶ πρεσβυτέρους σοφίζειν, καὶ καθαρὸν τὸ τῆς διανοίας φυλάττειν ὄμμα. Νηστεία ὑγιεινότερον διατηρεῖ καὶ τὸ σῶμα· οὐ γὰρ βαρυνόμενον ὑπὸ τῶν βρωμάτων ὕλην δέχεται νοσημάτων, ἀλλὰ κουφιζόμενον ἀπὸ τῶν ἐδεσμάτων, εὐρωστον γίνεται πρὸς ὑποδοχὴν τῶν χαρισμάτων.

Διὰ τοῦτο νηστεύσωμεν, ἀγαπητοί, ἵνα τῶν πνευματικῶν ἐπιτύχωμεν δωρημάτων. Νηστεύων παιδαγωγεῖ καὶ τὴν ψυχὴν πρὸς εὐσέβειαν, εἰκόνα λαμβάνων τῆς σωματικῆς ἐγκρατείας τὴν κατὰ ψυχὴν ἐπιμέλειαν, ἵνα ὡσπερ ἀπέχει τῶν ἔξωθεν ἐπισηρομένων βρωμάτων, οὕτω καὶ τῶν ἐν τῇ διανοίᾳ ἐπαναβαινόντων πονηρῶν ἐννοημάτων. Ἐὰν γὰρ, φησὶ, Πνεῦμα τοῦ ἐξουσιάζοντος ἀναβῆ ἔπι σέ, τόπον σου μὴ ἀφῆς, ὅτι ἴαμα καταπαύσει ἀμαρτίας. Ὡσπερ νῦν ἀπέχεις βρωμάτων μὴ γευσάμενος, οὕτως ἀπέχου ἀμαρτημάτων ἀλλασσόμενος. Νηστεύεις οἴνου μὴ ἀντιλαμβάνόμενος; νήστευε καὶ πονηρίας ἀπεχόμενος· οἶδε γὰρ ἡ κακία μείζονα μέθην τῇ ψυχῇ κατεργάζεσθαι. Νηστεύεις κρεῶν μὴ ἀπτόμενος; νήστευε καὶ καταλαλιᾶς ἀπεχόμενος, ἵνα μὴ δι' αὐτῆς κρέα φάγῃς τῶν ἀδελφῶν, τῶν σαρκῶν αὐτοῦ ἀπογευόμενος. Νηστεία γὰρ ἀληθινή, ἀποχὴ τῶν ἀμαρτημάτων. Ἄκουε τοῦ Προφήτου λέγοντος· Οὐ ταύτην τὴν νηστείαν ἐξελεξάμην, οὐδὲ ἡμέραν ἄνθρωπον ταπεινοῦν τὴν ψυχὴν αὐτοῦ. Ἀλλὰ τί; Λύε, φησὶ, πάντα σύνδεσμον ἀδικίας, διάλυε στραγγαλιᾶς βιαίων συναλλαγμάτων, διάθρυπτε πεινῶντι τὸν ἄρτον σου, ἄστεγον εἰσάγαγε εἰς τὸν οἶκόν σου· ἐὰν ἴδῃς γυμνόν, περίβαλε. Αὕτη, ἀγαπητοί, ἀληθινή νηστεία, ἡ τῷ Θεῷ προσδεκτή, καὶ ἀνθρώπῳ σωτηριώδης, καὶ πᾶσιν ἀρεστή. Ταύτη ἐπακολουθεῖ ἡ τῶν οὐρανῶν κτήσις, καὶ τοῦ Δεσπότη ἀψευδῆς ἐπαγγελία. Ὅρα γὰρ τί ἐπιφέρει· Τότε ῥαγήσεται πρῶϊμον τὸ φῶς σου, καὶ τότε βοῶντός σου, εἰσακούσεται σου· ἔτι λαλοῦντός σου, ἔρει· Ἴδου πάρεμι. Βλέπεις ἡλίκα δῶρα τῆς νηστείας, καὶ πόσης ἔχεται τῆς εὐσεβείας, ὡς καὶ Θεὸν αὐτὸν δυσωπεῖν πρὸς ἀνθρωπίνην φύσιν παραγενέσθαι;

Νήστευε τοίνυν, παράμενε ταῖς εὐχαῖς, ταῖς συνάξεσι, ταῖς νουθεσίαις, μὴ ἀπολιμπανόμενος τῆς συναγωγῆς, καθὼς ἔθος τισί· μὴδὲ πραγματείας ἢ δικαστηρίοις δι' ὅλης ἡμέρας· ἵνα μὴ χρήματα συνάξης, ἃ σκορπίζειν ὄφειλες· ἢ κατὰ τοῦ ἀδελφοῦ σου ἐντυγχάνῃς, ὃν θεραπεύειν ἐχρῆν. Ἦλθες εἰς ἑσπέραν, ἢ τὴν ἐννάτην, οὐχ ἵνα νηστείας τελέσης τὴν πρόθεσιν, ἀλλ' ἵνα τῆς κοιλίας πληρώσης τὴν ὄρεξιν. Καὶ μὴ δόξης οἴνου μὲν ἀπεχόμενος διὰ τὸ νήφειν, πονηρίας δὲ πληρούμενος μεθύειν, ἵνα μὴ ἀκούσης, Οὐαὶ οἱ μεθύοντες, οὐκ ἀπὸ οἴνου! Μέθη δὲ οὐκ ἔστι νηστείας κοινωνός, ἀλλ' ἔχθρα καὶ ἀντίπαλος. Ἴνα φθάσωμεν εἰς τὴν ἡτοιμασμένην ἡμῖν ἐλπίδα τῆς ἀναστάσεως, ἐκεῖ μὲν ἀπολαύοντες τῶν ἀποκειμένων ἀγαθῶν, ἐνταῦθα δὲ ἀγαλλιώμενοι τοῖς προσδοκωμένοις ἐν Χριστῷ Ἰησοῦ, ᾧ ἡ δόξα εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων. Ἀμήν.