ΑΝΤΙΓΡΑΦΟΝ

Ε' ΠΡΟΣΥΝΟΔΙΚΗ ΠΑΝΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΔΙΑΣΚΕΨΙΣ
Σαμπεζύ-Γενεύη, 10-17 Ὀκτωβρίου 2015

ΑΠΟΦΑΣΙΣ

Η ΣΠΟΥΔΑΙΟΤΗΣ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΚΑΙ Η ΤΗΡΗΣΙΣ ΑΥΤΗΣ ΣΗΜΕΡΟΝ

1. Ἡ νηστεία εἶναι θεία ἐντολή (Γεν. 2, 16-17). Κατά τόν Μ. Βασίλειον, *«συνηλικιῶτίς 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 ἰδεώδους τῆς Ὀρθοδοξίας. Ἡ Ὀρθόδοξος Ἐκκλησία ἀπαρεγκλίτως στοιχοῦσα εἴς τε τά 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 Τριῴδιον ὡς χάρις πολύφωτος, ὡς ὅπλον ἀκαταμάχητον, ὡς πνευματικῶν ἀγώνων ἀρχή, ὡς καλλίστη τρίβος ἀρετῶν, ὡς τροφή ψυχῆς, ὡς πηγή φιλοσοφίας ἁπάσης, ὡς ἀφθάρτου διαγωγῆς καί ἰσαγγέλου πολιτείας τό μίμημα, ὡς μήτηρ τῶν ἀγαθῶν ἁπάντων καί τῶν ἀρετῶν καί ὡς εἰκών τῆς μελλούσης ζωῆς.

2. Ἡ νηστεία ὡς ἀρχαιότατος θεσμός ἀπαντᾷ ἤδη εἰς τήν Παλαιάν Διαθήκην (Δευτ. 9, 18. Ἡσ. 58, 4-10. Ἰωήλ 2, 15. Ἰωνᾶς 3, 5-7), βεβαιοῦται δέ ὑπό τῆς Καινῆς. Αὐτός ὁ Κύριος ἐνήστευσεν ἐπί τεσσαράκοντα ἡμέρας πρό τῆς ἐνάρξεως τῆς δημοσίας δράσεως αὐτοῦ (Λουκ. 4, 1-2) καί ἔδωκεν ὁδηγίας ὡς πρός 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 Παρασκευήν ὡς ἡμέρας νηστείας (*Διδαχή* 8, 1), ὡς ἐπίσης καί τήν πρό τοῦ Πάσχα νηστείαν (Εἰρηναῖος Λουγδούνου, ἐν: Εὐσεβίου, *Ἐκκλησιαστική Ἱστορία* 5, 24. PG 20, 497B-508 AB). Βεβαίως, εἰς τήν ἐκκλησιαστικήν πρᾶξιν, τήν ἀνά τούς αἰῶνας μαρτυρουμένην, ὑπῆρξεν ποικιλία οὐχί μόνον εἰς τήν ἔκτασιν τῆς νηστείας πρό τοῦ Πάσχα (Διονυσίου Ἀλεξανδρείας, *Ἐπιστολή πρός Βασιλείδην ἐπίσκοπον*, PG 10, 1277), ἀλλά καί ὡς πρός τόν ἀριθμόν καί τό περιεχόμενον τῶν ὑπολοίπων περιόδων νηστείας, αἵτινες διεμορφώθησαν ὑπό τήν ἐπιρροήν ποικίλων παραγόντων, πρωτίστως λειτουργικῶν καί μοναστικῶν, προκειμένου νά συντελῆται μεταξύ ἄλλων καί ἡ κατάλληλος προετοιμασία πρό τῶν μεγάλων ἑορτῶν. Οὕτως, ὁ ἄρρηκτος δεσμός νηστείας καί λατρείας παρέχει τό μέτρον καί τόν σκοπόν τῆς νηστείας καί ἀναδεικνύει τόν πνευματικόν χαρακτῆρα αὐτῆς, διό καί ἅπαντες οἱ πιστοί καλοῦνται νά ἀνταποκριθοῦν, ἕκαστος κατά τήν ἰδίαν αὐτοῦ δύναμιν καί δυνατότητα, χωρίς ὅμως

νά παρέχηται καί ἐλευθερία καταφρονήσεως τοῦ ἱεροῦ τούτου θεσμοῦ: «*ὅρα μή τις σέ πλανήσῃ ἀπό ταύτης τῆς ὁδοῦ τῆς διδαχῆς... Εἰ μέν γάρ δύνασαι βαστάσαι ὅλον τόν ζυγόν τοῦ Κυρίου, τέλειος ἔσει· εἰ δέ οὐ δύνασαι, ὅ δύνῃ τοῦτο ποίει. Περί δέ τῆς βρώσεως, ὅ δύνασαι, βάστασον*» (*Διδαχή* 6, 1-3).

3. Ἡ ἀληθής 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 A), ὡς ἐπίσης καί νηστεία ἄνευ ἔργων εὐποιΐας εἶναι νεκρά, ἰδίᾳ δέ κατά τήν σύγχρονον ἐποχήν, καθ' ἥν ἡ ἄνισος καί ἄδικος κατανομή τῶν ἀγαθῶν στερεῖ καί αὐτοῦ τοῦ ἐπιουσίου ἄρτου ὁλοκλήρους λαούς. «*Νηστεύοντες ἀδελφοί σωματικῶς, νηστεύσωμεν καί πνευματικῶς· λύσωμεν πάντα σύνδεσμον ἀδικίας· διαρρήξωμεν στραγγαλιάς βιαίων συναλλαγμάτων· πᾶσαν συγγραφήν ἄδικον διασπάσωμεν· δώσωμεν πεινῶσιν ἄρτον, καί πτωχούς ἀστέγους εἰσαγάγωμεν εἰς οἴκους*» (Στιχηρόν, Ἰδιόμελον Τετάρτης, Α' Ἑβδομάδος Νηστειῶν. Πρβλ. Ἡσαΐου 58,6-7). Ἡ νηστεία δέν ἐξαντλεῖται εἰς ἁπλῆν καί τυπικήν ἀποχήν ἔκ τινων μόνον καθωρισμένων τροφῶν. «*Οὐ μέντοι ἐξαρκεῖ καθ' ἑαυτήν ἡ ἀποχή βρωμάτων πρός τήν ἐπαινετήν νηστείαν, ἀλλά νηστεύσωμεν νηστείαν δεκτήν, εὐάρεστον τῷ Θεῷ. Ἀληθής νηστεία ἡ τοῦ κακοῦ ἀλλοτρίωσις, ἐγκράτεια γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμός, καταλαλιᾶς, ψεύδους, ἐπιορκίας. Ἡ τούτων ἔνδεια νηστεία ἐστίν ἀληθής. Ἐν τούτοις μέν ἡ νηστεία καλόν*» (Μ. Βασιλείου, *Περί νηστείας* 2, 7. PG 31, 196 D). Ἡ κατά τήν νηστείαν ἀποχή ἔκ τινων καθωρισμένων τροφῶν καί ἡ κατ' αὐτήν ὀλιγάρκεια, οὐ μόνον κατά τό εἶδος, ἀλλά καί κατά τήν ποσότητα τῶν μεταλαμβανομένων τροφῶν, ἀποτελοῦν τό αἰσθητόν στοιχεῖον τοῦ πνευματικοῦ ἀγωνίσματος. «*Ἡ νηστεία ἀποχή τροφῆς ἐστι κατά τό σημαινόμενον. Τροφή δέ οὐδέν δικαιοτέρους ἡμᾶς ἤ ἀδικωτέρους ἀπεργάζεται· κατά δέ τό μυστικόν δηλοῖ ὅτι, ὥσπερ τοῖς καθ' ἕνα ἐκ τροφῆς ἡ ζωή, ἡ δέ ἀτροφία θανάτου σύμβολον, οὕτως καί ἡμᾶς τῶν κοσμικῶν νηστεύειν χρή, ἵνα τῷ κόσμῳ ἀποθάνωμεν, καί μετά τοῦτο, τροφῆς θείας μεταλαβόντες, Θεῷ ζήσωμεν*» (Κλήμεντος Ἀλεξανδρέως, *Ἐκ τῶν Προφητικῶν Ἐκλογαί*, PG 9, 704D-705A). Οὕτως, ἡ ἀληθής νηστεία ἀναφέρεται εἰς τήν καθ' ὅλου ἐν Χριστῷ ζωήν τῶν πιστῶν καί κορυφοῦται διά τῆς συμμετοχῆς αὐτῶν εἰς τήν θείαν λατρείαν καί ἰδίᾳ εἰς τό μυστήριον τῆς Θείας Εὐχαριστίας.

4. Ἡ τεσσαρακονθήμερος νηστεία τοῦ Κυρίου κατέστη ὑπόδειγμα τῆς νηστείας τῶν πιστῶν, ἡ ὁποία ἐνεργοποιεῖ τήν μετοχήν αὐτῶν εἰς τήν ὑπακοήν τοῦ Κυρίου, ἵνα δι' αὐτῆς, «*ὅ μή φυλάξαντες ἀποβεβλήκαμεν, φυλάξαντες ἀπολάβωμεν*» (Γρηγορίου Θεολόγου, *Λόγος ΜΕ΄, Εἰς τό Ἅγιον Πάσχα*, 28. PG 36, 661C). Ἡ χριστοκεντρική κατανόησις τοῦ πνευματικοῦ χαρακτῆρος τῆς νηστείας, ἰδίᾳ τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, κανών εἰς τήν καθ' ὅλου πατερικήν παράδοσιν, συγκεφαλαιοῦται χαρακτηριστικῶς ὑπό τοῦ ἁγίου Γρηγορίου τοῦ Παλαμᾶ: «*Ἐάν οὕτω νηστεύῃς, οὐ μόνον συμπάσχων ἔσῃ καί συννεκρούμενος, ἀλλά καί συνανιστάμενος καί συμβασιλεύων Χριστῷ εἰς αἰῶνας τούς ἀπεράντους· σύμφυτος γάρ γεγονώς διά τῆς τοιαύτης νηστείας τῷ ὁμοιώματι τοῦ θανάτου αὐτοῦ, καί τῆς ἀναστάσεως κοινωνός ἔσῃ καί τῆς ἐν αὐτῷ ζωῆς κληρονόμος*» (*Ὁμιλία ΙΓ΄, τῇ Ε΄ Κυριακῇ τῶν Νηστειῶν*, PG 151, 161AB).

5. Κατά τήν ὀρθόδοξον παράδοσιν, τό μέτρον τῆς πνευματικῆς τελειώσεως

εἶναι τό *'μέτρον ἡλικίας τοῦ πληρώματος τοῦ Χριστοῦ'* (Ἐφεσ. 4,13) καί ἕκαστος ὀφείλει, ἄν θέλῃ νά φθάσῃ εἰς αὐτό, νά ἀγωνισθῇ καί ὑψωθῇ ἀναλόγως. Ἀκριβῶς δέ διά τοῦτο, ἡ ἄσκησις καί ὁ πνευματικός ἀγών δέν ἔχουν τέλος ἐν τῷ παρόντι βίῳ, ὅπως καί ἡ τελειότης τῶν τελείων. Πάντες καλοῦνται νά ἀνταποκρίνωνται, ὅση δύναμις αὐτοῖς, εἰς τάς ἐπιταγάς τοῦ ὀρθοδόξου ὑψηλοῦ μέτρου μέ σκοπόν τήν κατά χάριν θέωσιν. Καί αὐτοί, παρ' ὅτι πράττουν πάντα τά διατεταγμένα, οὐδέποτε ὑψηλοφρονοῦν, ἀλλ' ὁμολογοῦν ὅτι *«δοῦλοι ἀχρεῖοί ἐσμεν, ὅ ὀφείλομεν ποιῆσαι πεποιήκαμεν»* (Λουκ. 17,10). Πάντες ἔχουν – κατά τήν ὀρθόδοξον περί πνευματικῆς ζωῆς ἀντίληψιν – χρέος νά μήν ἐγκαταλείπουν τόν καλόν τῆς νηστείας ἀγῶνα, ἀλλ' ἐν αὐτομεμψίᾳ καί συναισθήσει τῆς ταπεινότητος τῆς καταστάσεως αὐτῶν, νά ἐπαφίενται διά τάς παραλείψεις των εἰς τό ἔλεος τοῦ Θεοῦ, καθ' ὅσον Ὀρθόδοξος πνευματική ζωή εἶναι ἀνεπίτευκτος χωρίς τόν πνευματικόν ἀγῶνα τῆς νηστείας.

6. Ἡ Ὀρθόδοξος Ἐκκλησία, ὡς φιλόστοργος μήτηρ, ὥρισε τά εἰς σωτηρίαν συμφέροντα καί προέταξε τούς ἱερούς καιρούς τῆς νηστείας ὡς θεοδώρητον *«φυλακτήριον»* τῆς καινῆς ἐν Χριστῷ ζωῆς τῶν πιστῶν κατά πάσης ἐπιβουλῆς τοῦ ἀλλοτρίου. Στοιχοῦσα τοῖς θείοις Πατράσι, φυλάσσει, ὡς καί πρότερον, τά ἱερά ἀποστολικά θεσπίσματα, τούς συνοδικούς κανόνας καί τάς ἱεράς παραδόσεις, προβάλλει πάντοτε τάς ἱεράς νηστείας ὡς ἀρίστην ἐν τῇ ἀσκήσει τρίβον πνευματικῆς τελειώσεως καί σωτηρίας τῶν πιστῶν καί κηρύσσει τήν ἀνάγκην τηρήσεως ὑπ' αὐτῶν τῶν τεταγμένων νηστειῶν τοῦ ἐνιαυτοῦ τοῦ Κυρίου, ἤτοι τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, τῆς Τετάρτης καί τῆς Παρασκευῆς, αἵτινες μαρτυροῦνται ὑπό τῶν ἱερῶν κανόνων, ὡς καί 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, πρός τούτοις δέ καί πασῶν τῶν κατά ποιμαντικήν μέριμναν ὁριζομένων ἑκάστοτε νηστειῶν ἤ τῶν κατά τήν προαίρεσιν τῶν πιστῶν τηρουμένων.

7. Ἡ Ἐκκλησία ὅμως ἔθετο ἅμα, κατά ποιμαντικήν διάκρισιν, καί ὅρια φιλανθρώπου οἰκονομίας τοῦ καθεστῶτος τῆς νηστείας. Διό καί προέβλεψε τήν δι' ἀσθένειαν τοῦ σώματος ἤ δι' ἀδήριτον ἀνάγκην ἤ καί διά τήν χαλεπότητα τῶν καιρῶν ἀνάλογον ἐφαρμογήν τῆς ἀρχῆς τῆς ἐκκλησιαστικῆς οἰκονομίας κατά τήν ὑπεύθυνον κρίσιν καί ποιμαντικήν μέριμναν τοῦ σώματος τῶν ἐπισκόπων τῶν κατά τόπους Ἐκκλησιῶν.

8. Εἶναι γεγονός, ὅτι σήμερον πολλοί πιστοί δέν τηροῦν ἁπάσας τάς περί νηστείας διατάξεις, εἴτε ἐξ ὀλιγωρίας εἴτε λόγῳ τῶν ὑπαρχουσῶν συνθηκῶν ζωῆς, οἱαιδήποτε κἄν ὦσιν αὗται. Ἅπασαι ὅμως αἱ περιπτώσεις αὗται τῆς χαλαρώσεως τῶν περί νηστείας ἱερῶν διατάξεων, εἴτε εἶναι γενικώτεραι, εἴτε ἀτομικαί, δέον ὅπως τυγχάνουν τῆς ποιμαντικῆς μερίμνης ἐκ μέρους τῆς Ἐκκλησίας, διότι ὁ Θεός *« οὐ θέλει τόν θάνατον τοῦ ἁμαρτωλοῦ ὡς τό ἐπιστρέψαι καί ζῆν αὐτόν»* (πρβλ. Ἰεζ. 33,11), χωρίς ὅμως νά περιφρονῆται ἡ ἀξία τῆς νηστείας. Ὅθεν διά τούς ἔχοντας δυσκολίαν εἰς τήν τήρησιν τῶν ἰσχυουσῶν περί νηστείας διατάξεων εἴτε ἐκ λόγων ἀτομικῶν (ἀσθένεια, στράτευσις, συνθῆκαι ἐργασίας κ.λπ.) εἴτε γενικωτέρων (εἰδικαί συνθῆκαι ἐπικρατοῦσαι εἰς τινας χώρας ἀπό πλευρᾶς κλίματος, καθώς καί κοινωνικο-

οἰκονομικαὶ ἰδιαιτερότηται τινῶν χωρῶν λ.χ. ἀδυναμία εὑρέσεως νηστησίμων τροφῶν) ἐπαφίεται εἰς τὴν διάκρισιν τῶν κατὰ τόπους Ὀρθοδόξων Ἐκκλησιῶν νὰ καθορίσουν τὴν φιλάνθρωπον οἰκονομίαν καὶ ἐπιείκειαν, ἀπαλύνουσαι, κατὰ τὰς εἰδικὰς ταύτας περιπτώσεις, τὸ τυχὸν «στύφον» τῶν ἱερῶν νηστειῶν. Πάντα δέ ταῦτα ἐντὸς τῶν πλαισίων τῶν ὡς ἄνω λεχθέντων καὶ ἐπί τῷ σκοπῷ νά μήν ἀτονήσῃ ποσῶς ὁ ἱερός θεσμός τῆς νηστείας. Ἡ φιλάνθρωπος αὕτη συγκατάβασις πρέπει νά ἀσκηθῇ ὑπό τῆς Ἐκκλησίας μετά πάσης φειδοῦς, ὁπωσδήποτε δέ ἐπί τό ἐπιεικέστερον διά τάς νηστείας ἐκείνας, δι' ἅς δέν ὑπάρχει ὁμοιόμορφος πάντοτε καί εἰς ἁπάσας τάς περιπτώσεις παράδοσις καί πρᾶξις ἐν τῇ Ἐκκλησίᾳ. «... *Καλόν τό νηστεύειν πᾶσαν ἡμέραν, ἀλλ' ὁ μή ἐσθίων τόν ἐσθίοντα μή κρινέτω . Ἐν τοῖς τοιούτοις οὐ νομοθετεῖν, οὐ βιάζεσθαι, οὐκ ἀναγκαστικῶς ἄγειν τό ἐγχειρισθέν προσήκει ποίμνιον, 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 τηρῇ τάς ἱεράς νηστείας καί τήν ἀπό μεσονυκτίου ἀσιτίαν προκειμένου νά προσέρχηται τακτικῶς εἰς τήν θείαν Μετάληψιν, ἥτις εἶναι ἡ κατ' ἐξοχήν ἔκφρασις τῆς ἐκκλησιαστικῆς ὀντότητος, νά ἐθισθῇ δέ ὥστε νά νηστεύῃ εἰς ἔνδειξιν μετανοίας, εἰς ἐκπλήρωσιν πνευματικῆς ὑποσχέσεως, πρός ἐπίτευξιν ἱεροῦ τινος σκοποῦ, εἰς καιρούς πειρασμοῦ, ἐν συνδυασμῷ πρός 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.

Σαμπεζύ, 16 Ὀκτωβρίου 2015

† Ὁ Γαλλίας Ἐμμανουήλ, Πρόεδρος
† Ὁ Καλῆς Ἐλπίδος Σέργιος
† Ὁ Μητροπολίτης Δαμασκηνός (Πατριαρχεῖον Ἀντιοχείας)
† Ὁ Καπιτωλιάδος Ἡσύχιος
† Ὁ Βολοκολάμσκ Ἱλαρίων
† Ὁ Μαυροβουνίου Ἀμφιλόχιος
† Ὁ Τιργκοβιστίου Νήφων
† Ὁ Βάρνης Ἰωάννης
† Ὁ Ζουκδίδι καί Τσαΐσι Γεράσιμος
† Ὁ Πάφου Γεώργιος
† Ὁ Περιστερίου Χρυσόστομος
† Ὁ Σιεμιατίτσε Γεώργιος
† Ὁ Κορυτσᾶς Ἰωάννης
† Ὁ Μιχαλόβτσε Γεώργιος
† Ὁ Ἑλβετίας Ἱερεμίας, Γραμματεύς ἐπί τῆς Προπαρασκευῆς
τῆς Ἁγίας καί Μεγάλης Συνόδου