

ου π. ἡμ. Δι' αὐτὸ καὶ ἡ Ρουμανικὴ Ἐκκλησία ἐώρτασε τὸ Πάσχα ἐπὶ τῆ βάσει τῆς ἀληθινῆς ἰσημερίας ἥτοι τὴν 4ην Ἀπριλίου, ἐν ᾧ ἡμεῖς ἀκολουθοῦντες τὴν κατὰ συνθήκην ἰσημερίαν δηλ. τὴν 21ην Μαρτίου π. ἡμ. εορτάζομεν ἐφέτος τὴν 2αν Μαΐου Πάσχα ἥτοι τὴν Β'. πανσέληνον τῆς ἐαρινῆς ἰσημερίας. Καὶ οὕτω κατὰ τύπους εἰμεθα σύμφωνοι μὲ τὰς ἀποφάσεις τῆς Α'. Οἴκουμ. Συνόδου ἡμεῖς, ἐν ᾧ Ρουμάνοι εἶναι κατ' οὐσίαν σύμφωνοι. Ἴσως ὁμως ἐπειδὴ παρεξηγήθη λίαν ἡ ἀλλαγὴ τοῦ ἡμερολογίου ἀπὸ τοῦς ἀπλοϊκοῦς καὶ διεβλήθη ἀπὸ τοῦς ἐπιτηδεῖους καὶ ἐπειδὴ ἐφέτος συμπίπτει τὴν 4ην Ἀπριλίου καὶ τὸ Πάσχα τῶν Παπικῶν, δι' αὐτὸ προϋτιμήθη νὰ εἰμεθα ἔστω καὶ κατὰ τύπους μόνον σύμφωνοι πρὸς τὰ ἥδη ἐν χρήσει Πασχάλια, ἵνα ἀποφευχθῆ τὸ σκάνδαλον, ἀλλὰ παρουσιάσθῃ ἄλλο πρόσκομμα, δηλ. ὁ Μάϊος, ἡ εορτὴ τοῦ Ἁγίου Γεωργίου, ἡ Πρωτομαγιά καὶ ἡ νηστεία τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων. Εἶναι ἀληθὲς ὅτι εἶναι ταῦτα πρωτότυπα καὶ φαινομενικῆ ἀταξία, ἀλλὰ εἰς τοῦτο πταίει τὸ ὅτι ἀκολουθοῦμεν ἐσφαλμένην ἡμερομηνίαν ἐαρινῆς ἰσημερίας δηλ. τὴν 21ην Μαρτίου ν. ἡμ. καὶ ὄχι τὴν 8ην Μαρτίου ν. ἡμ. ὡς ἔπρεπε, καὶ ὄχι ἡ ἀλλαγὴ τοῦ ἡμερολογίου, τὸ ὁποῖον δὲν ἥλλαξε καὶ τὸ Πασχάλιον. Ἐφέτος εορτάζομεν τὸ Πάσχα τὴν 2αν Μαΐου ἥτοι τὴν 19ην Ἀπριλίου π. ἡμ. ὥστε δὲν ἥλλαξε τίποτε. Πρὸς τι ἂν ἡ ἰδία ἡμέρα δηλ. ἡ 19η Ἀπριλίου ὀνομάσθῃ 2α Μαΐου; Ἡ ἡμέρα δὲν ἥλλαξεν, εἶναι ἡ ἰδία, ἡ τοῦ παλαιοῦ ἡμερολογίου ἡ ὀνομασία ἥλλαξε.

Τὸ ὅτι εορτάζεται τὸν Μάϊον τὸ Πάσχα εἶναι ἀσυνείδηστον ἀλλὰ δὲν ἀπαγορεύεται ἀπὸ τοῦς Κανόνας τῆς Ἐκκλησίας. Ὅσον ἀφορᾷ τὴν εορτὴν τοῦ Ἁγίου Γεωργίου δὲν εἶναι ἡ πρώτη φορὰ καθ' ἣν συμπίπτει πρὸ τοῦ Πάσχα. Καὶ ἄλλοτε καὶ πρὸ τῆς ἀλλαγῆς τοῦ ἡμερολογίου συνέβη καὶ ὡς γνωστὸν κατὰ τὰς ἐκκλησιαστικὰς διατάξεις τοῦ Τυπικοῦ, ὡς συμβαίνει καὶ διὰ πᾶσαν ἄλλην εορτὴν συμπίπτουσαν κατὰ τὴν Μ. Τεσσαρακοστὴν ἀναβάλλεται ὁ εορτασμός των διὰ τὴν Δευτέραν τοῦ Πάσχα. Ἡ Πρωτομαγιά ἐπίσης ἀναβάλλεται ἂν καὶ εἶναι εορτὴ κοσμικὴ καὶ ὄχι ἐκκλησιαστικὴ. Καὶ ἡ νηστεία τῶν Ἁγίων Ἀποστό-

## ΕΠΙΚΑΙΡΑ ΖΗΤΗΜΑΤΑ

## ΠΕΡΙ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

(Συνέχεια ἐκ τοῦ προηγουμένου)

Ὡστε ὁ πρῶτιστος καὶ οὐσιώδης σκοπὸς τῆς νηστείας εἶναι νὰ στηρίξῃ τοὺς πιστοὺς εἰς τὴν σωφροσύνην καὶ τὴν ἐγκράτειαν ν' ἀποφύγωμεν τὴν ἀκολασίαν καὶ νὰ κατευνάσωμεν τὰ τῆς σαρκὸς σκιρτήματα, καθυποτάσσοντες τὸ σῶμα εἰς τὴν ἐξουσίαν τοῦ πνεύματος. Ὡστε ἡ νηστεία εἶναι τὸ ἰσχυρότερον κατὰ τῆς σαρκὸς ὄπλον τοῦ πνεύματος. Ἄνευ τῆς νηστείας ὁ ἄνθρωπος ἐκφυλλίζεται καὶ παραδίδεται εἰς τὰ ψυχοφθόρα πάθη ἅτινα ἀώρως τὸν καταβιάζουν εἰς τὸν τάφον ἢ εἰς τὸ Νοσοκομεῖον, ἢ εἰς τὸ Φρενοκομεῖον, ἢ εἰς τὴν Φυλακὴν. Γὰ τῆς σαρκὸς σκιρτήματα ταράσσου τὴν καρδίαν καὶ συσκοτίζουν τὸν νοῦν, ἐν ᾧ τοῦ νηστεύοντος ἡ καρδία εἶναι ἀτάραχος, ὁ δὲ νοῦς διανοητὴς καὶ νηφάλιος. Ἐκ τῆς πολλῆς καὶ συχνῆς κρεωφαγίας συσσωρεύεται τὸ αἷμα εἰς τὸν ἐγκέφαλον καὶ ὡς ἐκ τούτου ἐπέρχεται ζάλη καὶ σκοτασμός. Οὐδεὶς μετὰ πολυφαγίαν ὡς γνωστὸν δύναται νὰ μελετήσῃ κατὶ σοβαρὸν καὶ σπουδαῖον ἀλλὰ νυστάζει, καὶ ἂν μελετήσῃ δὲν θὰ ἐννοῇ ὡς πρέπει ἢ εἶναι ἐπόμενονον τὰ ὑποστῆ καὶ συμφόρησιν, ἐν ᾧ ὁ νηστικὸς καὶ διὰ τὴν πρωτὴν πόσον ἡρεμώτερον καὶ διαυγέστερον ἐργάζεται πνευματικῶς ἀλλὰ καὶ σωματικῶς! Ἐπίσης σκοπὸς τῆς νηστείας σπουδαῖος εἶναι νὰ προκληθῆ καὶ ἡ μετάνοια, ἥτις ἄνευ νηστείας καὶ προσευχῆς εἶναι ἀνέφικτος.

Ὅσο περισσότερον ἀποφεύγομεν τὴν νηστείαν ἐπὶ τοσοῦτον καὶ ἡ ψυχὴ πάσχει ἀπὸ μαρασμὸν καὶ τάνάπαλιν. Οὐτε ἡ προσευχὴ δύναται νὰ γίνῃ ὅπως πρέπει ὅταν δὲν συνοδεύηται αὐτὴ καὶ ὑπὸ τῆς ἐμπρεπούσης νηστείας. Ὅσο περισσότερον δαμάζει τις τὸ σῶμα, ἐπὶ τοσοῦτον περισσότερον ἀκμάζει ἡ ψυχὴ.

λων ἡδύνατο ὡς καὶ ἡ εορτὴ τοῦ Ἁγίου Γεωργίου νὰ περισωθῆ μετατιθεμένης καὶ τῆς εορτῆς τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων. Ἄλλ' ὅλαι αὗται αἱ ἀταξίαι ἐπαναλαμβάνομεν δὲν ὀφείλονται οὐδόλως ὡς εἶδομεν εἰς τὴν ἀλλαγὴν τοῦ ἡμερολογίου ἀλλ' εἰς τὸ ὅτι πρέπει νὰ διορθώσωμεν τὴν ἐαρινὴν ἰσημερίαν τοῦθ' ὅπερ πρέπει νὰ γίνῃ τὸ συντομώτερον, ἵνα μὴ χωρὶς λόγον σκανδαλίζωνται αἱ συνειδήσεις τῶν πιστῶν.

Ἐφ' ὅσον κατὰ τὴν Γραφὴν ὁ ἔξω καὶ φθα-  
 τὸς ἄνθρωπος (τὸ σῶμα) φθείρεται, ἐπὶ το-  
 σοῦτον ὁ ἔσω (ἡ ψυχὴ) ἀνακαινοῦται. Λέγου-  
 τινὲς ὅτι ἡμεῖς οἱ μὴ νηστεύοντες εἴμεθα κα-  
 λύτεροι ἀπὸ ἐκείνους οἱ ὁποῖοι νηστεύουν. Τὸ  
 τοιοῦτον ὅμως εἶναι ἀνιστόρητον καὶ ἀψυχο-  
 λόγητον. Κρίνουν μὲ τὸ ἴδιον μέτρον ὅλους,  
 λησμονοῦντες τὴν παραβολὴν τῶν ταλάντων  
 καὶ τὰ ἐκ τῆς πείρας καὶ ἱστορίας διδάγματα.  
 Ποῖος γνωρίζει ἐὰν ὁ νηστεύων δὲν ἐνήστευεν  
 θὰ ἦτο ὁ ἴδιος; Καὶ ἡμεῖς οἱ μὴ νηστεύοντες  
 ἐὰν ἐνήστευομεν θὰ εἴμεθα ψυχικῶς εἰς τὴν ἰ-  
 διαν κατάστασιν; Ποῖος γνωρίζει πόσα τά-  
 λαντα ἔχομεν ἡμεῖς καὶ πόσα ἐκεῖνοι καὶ τὸ ὅτι  
 ἐὰν ἐκεῖνος δὲν ἐνήστευε, θὰ ἦτο ἀσυγκρίτως  
 χειρότερος καὶ τάνάπαλιν ἡμεῖς; Λησμονοῦν  
 οὗτοι ὅτι ἡ νηστεία εἶναι μήτηρ πολλῶν ἀρε-  
 τῶν καὶ ῥίζα πολλῶν ἀγαθῶν. Ἐπίσης λησμο-  
 νοῦμεν συχνὰ ὅτι καὶ οἱ ἰατροὶ καὶ τὰς σωμα-  
 τικὰς ἀσθενείας δὲν θεραπεύουν σὺν τοῖς ἄλ-  
 λοις καὶ διὰ τῆς φυσικῆς διαίτης καὶ αἰτίας;  
 Ἐπιτρέπεται ὁ σωματικῶς ἀσθενὴς νὰ τρώῃ  
 ὄσα δὴποτε καὶ ὅσον δὴποτε; ὄχι βεβαίως. Τὸ  
 τοιοῦτον φυσικὰ συμβαίνει καὶ μὲ τὸν ψυχικῶς  
 ἀσθενοῦντα ὅστις κατὰ τὸν Ἀπόστολον λάχα-  
 να ἐσθίει, ὁ δὲ ὑγιῆς (ψυχικῶς) ἐσθίει πάντα  
 καθ' ὅτι δὲν ἔχει ψυχικὴν ἀνάγκη διαίτης. Ὡ-  
 στε ἡ νηστεία εἶναι τὸ κάλλιστον φάρμακον  
 ὄχι μόνον διὰ ψυχικὰς ἀλλὰ καὶ διὰ πλείστας  
 σωματικὰς ἀσθενείας. Αἱ φλογώσεις τοῦ στο-  
 μάχου, ἡ δυσπεψία, ἡ ἀρθρίτις, ἡ νεφρίτις, ἡ  
 ψαμμίασις καὶ τόσαι ἄλλαι ἀσθενεῖαι δὲν προ-  
 καλοῦνται ἀπὸ τὰς ἐκ τοῦ κρέατος προκαλου-  
 μένας τοξίνας καὶ δηλητηριάσεις;

Ὁ Σενέκας λέγει: «πολλὰ πινάκια πολλὰ  
 ἀσθένειαι». Ὁ Φλέτσερ λέγει: «Οἱ πλείστοι  
 τῶν ἀνθρώπων σκάπτουν τὸν τάφον των μὲ  
 τὰ μαχαίρια καὶ τὰ πικροῦνα». Καὶ αὐτὰ τὰ  
 ζῶα νηστεύουν κατὰ περιόδους, περιλίπτοντα  
 εἰς νάρκην. Ἀλλοίμονον ἂν ἡ γελώνη, ἡ ἄρ-  
 κτος, ὁ βάτραχος, ὁ ὄφις κ.λ.π. δὲν περιπέσουν  
 εἰς νάρκην, δηλ. δὲν νηστεύσουν ὅλον τὸν χει-  
 μῶνα. Ἡ νηστεία των αὕτη τοῖς δίδει τὴν ὑ-  
 γείαν καὶ τὴν ζωὴν. Ὁ Κέϋν λέγει: «ὅτι ἡ ἐγ-  
 κράτεια εἶναι ἡ μόνη ὁδὸς πρὸς θεραπείαν ἀπὸ  
 πλείστα νοσήματα. Παχεῖα γαστήρ λεπτόν οὐ  
 τίκει νόον. Ὁ Χούσχαρτ λέγει ὅτι τὸ ὑπερ-  
 βολικὸν φαγητὸν φέρει διατάραξιν τῶν αἰμο-  
 φόρων ἀγγείων, καρδίας, ἀρτηριῶν, φλεβῶν  
 κ.λ.π.

Ἐτερος ἐπίσης βασικὸς σκοπὸς τῆς νηστεί-

ας εἶναι καὶ ὁ ἐξευγενισμὸς καὶ ἡ μαλακότης  
 τῆς ψυχῆς τοῦ ἀνθρώπου. Ἡ χύσις τοῦ αἵμα-  
 τος καὶ ἡ σαρκοφαγία, λέγει ὁ Πυθαγόρας, ἀ-  
 ποθηριοὶ τὸν ἄνθρωπον καὶ μεταδίδει αὐτῷ  
 τὰ τῶν σφαζομένων ζῴων ἔνστικτα, δι' ὃ καὶ  
 τὸ κυνήγιον τὸ ἀπηγόρευεν εἰς τοὺς μαθητάς  
 του. Ἀναφέρεται μάλιστα καὶ περίπτωσις καθ'  
 ἣν ἐντὸς πλοίου ἐτρέφετο πρόβατον ὀλίγον  
 κατ' ὀλίγον μὲ φαγητὰ περιέχοντα καὶ ζωϊκὰς  
 οὐσίας καὶ τέλος ἐφθασεν εἰς τὸ σημεῖον, τὸ  
 τόσον ἡμερον ζῶον τοῦτο, νὰ ἀγριεῖ καὶ ἐπι-  
 τίθεται κατὰ τῶν πλησιαζόντων αὐτό. Ἄλλως  
 τε ἂν ῥίψωμεν ἀπλοῦν βλέμμα ἐπὶ τῶν ζῴων  
 βλέπομεν ὅτι ὅλα τὰ σαρκοφάγα ζῶα εἶναι καὶ  
 ἄγρια καὶ ὅλα τὰ ἡμερα δὲν εἶναι σαρκοφάγα·  
 μήπως ἄρα γε κατὰ σύμπτωσιν; Ὅλοι οἱ ἄ-  
 γριοι ἄνθρωποι δὲν εἶναι ἀνθρωποφάγοι; Ἡ  
 Τίγρις ἡ ἀρεσκομένη νὰ βλέπῃ χυνόμενον αἵ-  
 μα δὲν εἶναι τὸ ἀγριώτερον τῶν θηριῶν; Ἐκ-  
 τὸς τούτου ὑπεστηρίχθη κατ' ἐπανάληψιν ὅτι  
 οἱ ἐν τῷ πολέμῳ στρατιῶται ὅσον περισσότε-  
 ρον ἐτρέφοντο μὲ κρέας, ἐπὶ τοσοῦτον ἦσαν ἀ-  
 κάθεκτοι καὶ θηριώδεις εἰς τὸν πόλεμον! Εἰς  
 μέγας ἰατροφιλόσοφος ὁ Descuret, ἐνθερμὸς  
 ὑποστηρικτῆς τῆς νηστείας, γράφει ὅτι ὁ κό-  
 σμος ὀφείλει μεγίστην εὐγνωμοσύνην εἰς τὴν  
 Ἐκκλησίαν διότι διακηρῶσει ὡς θανάσιμον  
 ἁμάρτημα τὴν γαστρεμαργίαν καὶ κοιλιόδου-  
 λίαν, τοῦθ' ὅπερ ἔδει καὶ οἱ ποινικοὶ κώδικες  
 τῶν Ἑθνῶν νὰ προβλέπουν καὶ τιμωροῦν.

Ἐκτὸς τούτων καὶ οἰκονομικοὶ λόγοι ἐπι-  
 βάλλουν τὴν νηστείαν ἵνα τὰ περισσεύματα  
 διατίθενται διὰ τοὺς πτωχοὺς καὶ ἵνα αὐξάν-  
 νονται κατὰ τὸν χρόνον τῆς νηστείας τὰ διά-  
 φορα ζῶα, ὅπως ἀκριβῶς δι' αὐτὸ ἀπαγορεύε-  
 ται εἰς ὄρισμένους μῆνας τὸ κυνήγιον κ.λ.π.  
 ὑπὸ Κρατικῶν νόμων. Ὡστε καὶ διὰ τὸ οἰκο-  
 νομικὸν τῆς ἀνθρωπότητος συμφέρον καὶ διὰ  
 τὴν ἔντασιν τῆς φιλανθρωπίας ἐπιβάλλεται ἡ  
 κατὰ περιόδους νηστεία.

#### Η ΑΛΗΘΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑ

Ἀληθὴς νηστεία εἶναι κατὰ τὴν Ἐκκλησίαν  
 μας: «ἡ τῶν κακῶν ἀλλοτριώσεις, ἐγκράτεια  
 γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμὸς,  
 καταλαλιᾶς, ψεύδους καὶ ἐπιπορκίας». Αὕτη ἡ  
 νηστεία εἶναι δεκτὴ καὶ εὐπρόσδεκτος παρὰ τῷ  
 Κυρίῳ..... Τί τὸ ὄφελος ἂν νηστεύωμεν κρέας  
 καὶ δάκνομεν καὶ κατεσθίωμεν τὰς σάρκας τοῦ  
 ἀδελφοῦ μας; Ὁ Χρυσόστομος λέγει: δεῖξον  
 μοι τὴν νηστείαν σου ἐκ τῶν ἔργων σου,



Ἡ νηστεία εἶναι καὶ ἀρετὴ ὡς ὑπακοὴ εἰς τὴν θεῖαν ἐντολὴν ἀλλὰ κυρίως εἶναι μέσον πρὸς ἀπόκτησιν ἀρετῆς. Ἄν λοιπὸν ἡ νηστεία δὲν μᾶς ὀδηγῆι πρὸς περισσότερον ἐνάρετον βίον, εἶναι περιττή.

Διὰ τοῦτο ἡ Ἐκκλησία διὰ τοῦ Τριῳδίου τὸ ὅποιον συνέταξαν οἱ τόσον σοφοὶ καὶ ἅγιοι Πατέρες βροντοφωνεῖ: «Νηστεύσωμεν πᾶσαν ἡδονὴν, παιάνοντες τὰς αἰσθήσεις νηστεία καὶ κατανύξεως πόμα θεριμῶς πίνωμεν». «Ἐν ἄρματι θεῶν ἀρετῶν νηστεία καθαρθέντες ἐπιβῶμεν, καὶ πρὸς αἰθέριον ὕψος ἀναβῶμεν». Ἀλλαγὴ ἀποκαλοῦν ἕαρ, καὶ ἄνθος τῆς μετανοίας τὴν νηστείαν. Ἀλλαγὴ μητέρα σωφροσύνης, παθοκτόνον κατήγορον ἁμαρτίας, συνήγορον μετανοίας, πολιτείαν ἀγγέλων, σωτηρίαν ἀνθρώπων κ.λ.π. ὧν οὐκ ἔστι ἀριθμὸς δι' ὧν περιγράφει τὴν ἐξαιρετικὴν τῆς νηστείας σημασίαν εἰς σωτήρια ἀποτελέσματα.

Ἡ νηστεία δὲν εἶναι μόνον μέσον πρὸς ἐπίτευξιν τοῦ σκοποῦ δηλ. τῆς ἀρετῆς, ἀλλ' εἶναι καὶ σκοπὸς δηλ. ἀρετὴ καὶ ἐπομένως πρέπει νὰ γίνηται ὄχι ὑποκριτικῶς καὶ Φαρισαϊκῶς πρὸς τὸ θεαθῆναι ἀλλὰ μετὰ κατανύξεως καὶ συντριβῆς διὰ τὰς ἁμαρτίας μας ἀφ' ἐνός, καὶ ἀφ' ἑτέρου διὰ τὰ πάθη τοῦ Κυρίου ἃ δι' ἡμᾶς ὑπέστη, ὡς καὶ διὰ τὴν καὶ ὑπὲρ ἡμῶν αὐτοθυσίαν τῶν Ἀγ. Ἀποστόλων καὶ τῆς Θεοτόκου. Ἄλλ' ἴσως εἴπη τις, μὰ ἀφοῦ δὲν δυνάμεθα νὰ νηστεύσωμεν ὅπως ἀκριβῶς ἡ Ἐκκλησία διατάσσει, λόγῳ τοῦ ὅτι ἐξεφυλίσθησαν οἱ ὄργανισμοί μας, τί χρειάζεται τὸ νὰ ἀναγνωρίζωμεν καὶ νὰ σεβώμεθα θεωρητικῶς τὰς νηστείας; Ἀπαντῶμεν ὅτι καὶ τοῦτο εἶναι σπουδαῖον διότι μᾶς ἰσχυροποιεῖ τὴν πίστιν καὶ δὲν φερώμεθα περιφρονητικῶς πρὸς θεῖον καὶ σοφὸν θεσμὸν ὁποῖος εἶναι ὁ τῆς νηστείας. Ἀλλὰ καὶ ἂν δὲν δυνάμεθα νὰ νηστεύσωμεν ὅσον καὶ ὅπως ἀκριβῶς ἡ Ἐκκλησία διατάσσει, δυνάμεθα ὅμως καὶ ὀφείλομεν ὅλοι μας νὰ νηστεύωμεν ἐν τῷ μέτρῳ τῶν δυνάμεών μας. Ὁ καλὸς μας Οὐράνιος Πατὴρ δὲν ζητεῖ περισσότερον ἀφ' ὅτι δυνάμεθα· κυρίως ἐξετάζει τὴν πρόθεσιν καὶ τὰ ἐλατήρια ὑφ' ὧν κινούμεθα. Ἐν προκειμένῳ δύναται νὰ γίνηται ὅ,τι καὶ ἐν τῷ σχολείῳ. Ὅλοι οἱ μαθηταὶ ὀφείλουσαν νὰ λαμβάνουν ἄριστα ἀλλ' ἐκ τοῦ ὅτι δὲν τὸ κατορθώνουν ὅλοι τοῦτο εἶτε δι' ἀμέλειαν εἶτε διὰ σωματικὴν ἢ πνευματικὴν ἀνεπάρκειαν, δὲν ἐπεται ὅτι δὲν πρέπει νὰ μελετοῦν διόλου, διότι ὑπάρχουν καὶ διάμεσοι βαθμοὶ δηλ. 9—8—7

—7—5... οἵτινες ἐπίσης εἶναι ἱκανοὶ νὰ προγάγουν τὸν μαθητὴν. Οὕτω καὶ ἐν τῇ νηστείᾳ πάντες δυνάμεθα καὶ ὀφείλομεν κάτι νὰ κάμνωμεν. Π. γ. δὲν δυνάμεθα νὰ νηστεύσωμεν ὅλα, ἄς νηστεύσωμεν τρώγοντες ὀλίγον ἔλαιον ἢ καὶ ὀλίγον γάλα, ἢ καὶ ὀλίγα ὠά, ἢ καὶ ὀλίγον ζωμὸν τὸ πολὺ, δηλ. τονωτικὰς τροφὰς ἀλλ' ὄχι διεγερτικὰς. Ἄς ἀποφεύγωμεν τὰ καρυκευμένα φαγητά, τὰ διεγερτικὰ, τὰ πολλὰ ἔλαια, τὸν πολὺν οἶνον, τὴν πολυφαγίαν, ἄς τρώγωμεν ὀλιγωτέρας ἀλλὰ δυναμικωτέρας τροφὰς κ.λ.π. καὶ οὕτω καὶ ἡμεῖς κάπως νηστεύωμεν. Ἐὰν ἐπίσης πρὸ τῆς νηστείας ἔτρωγον τρεῖς τῆς ἐβδομάδος κρέας καὶ ἔχω καὶ ἡδὴ ἀπόλυτον ἀνάγκην τοιαύτης τροφῆς, ἄς τρώγω ἅπαξ ἢ τὸ πολὺ δις τῆς ἐβδομάδος καὶ μὲ ἐγκράτειαν καὶ βραστό καὶ ὄχι γιαχνιά δηλ. γαργαλιστικὰ τῶν αἰσθήσεων καὶ τοῦτο εἶναι κάπως νηστεία, ἀρκεῖ νὰ γίνηται κατ' ἀνάγκην καὶ ὄχι ἀπὸ κοιλιοδουλείαν. Ἐπίσης ἄς νηστεύω ὅλας τὰς ἄλλας ἡμέρας καὶ ἄς τρώγω ὅ,τι χρειάζομαι τὸ Σάββατον καὶ τὴν Κυριακὴν καθ' ἃς καὶ κατὰ τὴν Ἐκκλησίαν ἡ νηστεία εἶναι ἐλαφρά. Ὑποθέτω ὅτι ἐὰν ἡ μέλλουσα νὰ συνέλθῃ (ἂν συνέλθῃ) Πανορθόδοξος Σύνοδος, χωρὶς νὰ θίξῃ τὰς νηστείας καθιέρωνεν ὅπως τὸ Σάββατον καὶ τὴν Κυριακὴν μηδὲν γίνηται νηστεία, ὡς καὶ εἰς τὸ γάλα καὶ εἰς τὰ ὠά, πλείστοι θὰ ἐτήρουν τὴν νηστείαν καὶ ὁ θεσμὸς δὲν θὰ καταπατεῖτο.

#### ΧΡΟΝΟΣ

Ἡ διάρκεια καὶ ὁ χρόνος τῆς νηστείας κατ' ἀρχὰς ἦτο ἀκαθόριστος. Κυρίως αἱ νηστεαὶ τῶν πρώτων χριστιανῶν ἦσαν προαιρετικαί, καὶ ὁ καθεὶς ἐκανόνιζε τὸν χρόνον καὶ τὴν διάρκειαν ταύτης ἀναλόγως τῆς ἀντοχῆς του καὶ τῆς ἐκτάκτου παρουσιαζομένης ἀνάγκης. Ἡ ἀρχαιοτάτη καὶ Ἀποστολικὴ νηστεία εἶναι ἡ τῆς Τετάρτης εἰς ἀνάμνησιν τῆς προδοσίας καὶ ἡ τῆς Παρασκευῆς εἰς ἀνάμνησιν τῆς Σταυρώσεως τοῦ Κυρίου. Ἐκ τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς ἥτις ἐπίσης περιλαμβάνεται εἰς τοὺς Ἀποστολικούς Κανόνας, κατ' ἀρχὰς ἐτηρεῖτο μόνον ἡ πρώτη καὶ τελευταία ἐβδομάς αὐστηρῶς καὶ αἱ ἄλλαι κατὰ δύναμιν παρ' ἐκάστου. Τὰ νηστήσιμα εἶδη ἦσαν ἀκαθόριστα, ἀλλ' οἱ πρώτοι χριστιανοὶ ἐφιλοτιμοῦντο νὰ νηστεύσουν καὶ τοῦ δέοντος αὐστηρότερον. Ἀφ' ὅτου ὅμως ὁ κόσμος προσεπάθει νὰ ὑπεκφύγῃ τὴν νηστείαν καθιερώθη καθολικὸς τρόπος νηστείας

## ΘΡΗΝΟΣ

Τέσους και τέσους ὡς σκιά τοὺς βλέπω πλανωμένους,  
 ἀεὶ ζητούντας τὴν χαρὰν, χαρᾶς δὲ στερουμένους.  
 Ἄλλοι ζητοῦσι τὴν χαρὰν νὰ εὕρουν εἰς τὸν πλοῦτον,  
 ἀλλὰ θὰ εὕρουν ἄρᾳ γέ ποτ' αὐτὴν εἰς τοῦτον ;  
 Ὁ πλοῦτος ἂν μετ' ἀρετῆς ὑπάρχη ἠνωμένος,  
 εἰν' εὐφροσύνης καὶ χαρᾶς πολλῆς πεπληρωμένος,  
 ἀπὸ τῆς θείας δ' ἀρετῆς ἂν ἢ κεχωρισμένος,  
 εἰν' ὄδυνων καὶ θλίψεων πολλῶν πεπληρωμένος.  
 Εἰς δόξαν δ' ἄλλοι τὴν χαρὰν νὰ εὕρουν προσπαθοῦσι,  
 πλὴν ποῦ ἢ δόξα κατοικεῖ, τελείως ἀγνοοῦσι,  
 μάτην δ' εἰς τὴν ἐπίδειξιν καὶ τὴν κενοδοξίαν  
 αὐτὴν ζητούντες, ὄνειδος θερίζουν κ' ἀτιμίαν.  
 Ἡ δόξα μὲ τὴν ἀρετὴν ὑπάρχει ἠνωμένη  
 καὶ ἀπ' αὐτῆς ἀχώριστος ἀκαύστος διαμένει.  
 Ἄν δὲ θηρεύῃς τὴν χαρὰν δι' ἠδονῆς ἀνέμου,  
 εἰν', ὡς ἂν εἰς ἱκρίωμα προσέλθῃς λαιμητόμου,  
 ἐκεῖ δὲ μὲ τὸ αἶμά σου καὶ μὲ τὴν κεφαλὴν σου  
 ἐξαγοράξεις τὸν σακπράν, κτηνώδη ἠδονὴν σου.  
 Ὡ ματαιότης τῶν θνητῶν! Τὰ μάται' ἂν ζητῆτε,  
 τάληθινὰ δὲ ἀγαθὰ ἔαν περιφρονῆτε,  
 ἀντὶ εἰς τὰ σκηνώματα ν' ἀνέλθῃτε τὰ θεῖα,  
 εἰς τὰ τοῦ Ἄδου βάραθρα σᾶς ρίπτει ἡ κακία.

X. ΘΟΥΑΣ, Γυμνασιάρχης

ας δι' ὄλους. Κατόπιν δὲ ὠρίσθησαν καὶ αἱ ἄλ-  
 λαι νηστεῖαι δηλ. τῶν Χριστουγέννων, τῆς Θεο-  
 τόκου καὶ τῶν Ἁγίων Ἀποστόλων. Ὁ καθο-  
 ρισμὸς τῶν νηστειῶν ἔσχε καὶ τὸ ἀποτέλεσμα  
 νὰ νομίσῃ ὁ κόσμος ὅτι σκοπὸς τῆς νηστείας  
 εἶναι ἡ **θεία Κοινωνία** καὶ ἐπομένως ἀρκεῖ  
 νὰ νηστεύσῃ κανεὶς καὶ εἶναι ἄξιος νὰ κοινω-  
 νήσῃ, ὁ δὲ μὴ νηστεύσας εἶναι ἀνάξιος καὶ ὅτι  
 μόνον τετράκις πρέπει νὰ κοινωνοῦν οἱ πιστοί.  
 Ἄλλ' ἂν ἐπιμελῶς ἀνασκοπήσωμεν τὴν Ἐκ-  
 κλησιαστικὴν ἱστορίαν πειθόμεθα ἀδιστακτῶς  
 ὅτι τὸ ζήτημα τῆς νηστείας εἶναι τελείως ἄ-  
 σχετον τοῦ τῆς θείας Κοινωνίας. Διότι ὁ Μέ-  
 γας Βασίλειος λέγει ὅτι οἱ χριστιανοὶ τοῦ ἐκοι-  
 νῶνουν τετράκις τῆς ἑβδομάδος, ἄρα πάντοτε  
 ἐνήστευον; Ἐπίσης ἡ θ. λειτουργία ἐγένετο ἵνα  
 κοινωνοῦν, οἱ δὲ ἀνάξιοι πρὸς θεῖαν κοινωνί-  
 αν μετὰ τὸ Εὐαγγέλιον ἐξήρχοντο τῆς Ἐκκλη-  
 σίας μαζὶ μὲ τοὺς ἀβαπτίστους κατηγουμένους.  
 Καὶ ἐκ πλείστων ἄλλων ἀποδεικνύεται ὅτι ἡ  
 νηστεία ἦτο ναὶ μὲν μέσον προπαρασκευῆς τοῦ  
 χριστιανοῦ ἀλλ' ὄχι μακροχρόνιος. Ἀρκούμεθα  
 εἰς τὰ ὀλίγα ταῦτα καθ' ὅτι ὁ χρόνος καὶ ὁ  
 ᾠρός δὲν μᾶς ἐπιτρέπει ἵνα ἐκτενέστερον ἐπ'  
 αὐτοῦ ἀσχοληθῶμεν, ἐπὶ τοῦ παρόντος τοῦλά-  
 χιστον.

## Ο ΘΡΙΑΜΒΟΣ ΤΟΥ ΙΗΣΟΥ

Τὴν Κυριακὴν τῶν Βαΐων ἡ Ἐκκλησία ἐορτά-  
 ζει τὴν θριαμβευτικὴν τοῦ Κυρίου εἴσοδον εἰς τὰ  
 Ἱεροσόλυμα. Ἐκαμύρια Ἰουδαίων οἵτινες κατὰ  
 τὸν Ἰώσηπον ἀπὸ πᾶσαν τὴν ὑψηλίον εἶχον συγ-  
 κεντρωθῆ εἰς Ἱεροσόλυμα πρὸς ἐορτασμὸν τοῦ  
 Πάσχα, ἐξεχύθησαν πρὸς τὴν ἐκ Βηθανίας ὀ-  
 δὸν ἵνα ὑποδεχθῶν τὸν Κύριον ἐν θριάμβῳ.  
 Ὁ ἐνθουσιασμὸς καὶ ἡ ἐκδήλωσις τῆς λαϊκῆς  
 λατρείας εἶναι ἀφαντάστος ἀπερίγραπτος. Τὸν  
 ὑποδέχονται ὡς Μεσίαν, Βασιλέα καὶ Αυτρω-  
 τὴν ἀπὸ τὰ δεινὰ τῆς Ρωμαιοκρατίας. Κύματα  
 λαοῦ κατακλύζουν τὰς κλιτύς τοῦ Ὄρους τῶν  
 Ἑλαιῶν καὶ αἱ κοιλάδες καὶ αἱ φάραγγες ἀν-  
 τηχοῦν ἐκ τῶν ἐπευφημιῶν, ἡ δὲ πόλις σείεται  
 ὀλόκληρος ἀπὸ παλμοῦς συγκινήσεως ἐπὶ τῇ  
 Ἑλεύσει τοῦ ἀπ' αἰῶνων Ἀναμενομένου. Ἄλλ'  
 ὁ γλυκὺς Ναζωραῖος ὡς Θεὸς γνωρίζων τὰς  
 ἀνθρωπίνους ἀτασθαλίας κλαίει ἀντὶ νὰ χαίρῃ  
 ἐπὶ τῇ ἀποθεωτικῇ ταύτῃ ὑποδοχῇ νέφος με-  
 λαγχολίας σκιάζει τὸ μέτωπόν του καὶ λύπη  
 βαθυτάτη συνέχει τὴν καρδίαν του. Μόνος αὐ-  
 τὸς ἐν μέσῳ τοῦ πανζουρλισμοῦ ἐκείνου δὲν  
 σκιρτᾷ, ἀλλ' ἐνδακρυς θεᾶται τὰ Ἱεροσόλυμα  
 ἅτινα μετ' ὀλίγον ὄχι δὲν θὰ ἐκυριάρχουν τοῦ  
 κόσμου, ὡς ὄλος ἐκεῖνος ὁ ὄγλος ἐπίστευεν,  
 ἀλλὰ θ' ἀνεσκάπτοντο ἐκ θεμελιῶν καὶ διὰ παν-  
 τὸς ὁ ὄγλος ἐκεῖνος θὰ διεσκορπίζετο εἰς τὰ  
 τέσσαρα τῆς οἰκουμένης πέρατα. Ἐν τούτοις  
 ὁ λαὸς ἐκεῖνος μὴ δυνάμενος ν' ἀρθῆ εἰς τὸ ὕ-  
 ψος τῶν περιστάσεων καὶ νὰ διΐδῃ τί ὁ ἐπὶ πώ-  
 λου ὄνου καθεζόμενος ἐσκέπετο ἐπιτείνει τὰς  
 ἰαχὰς καὶ τοὺς ἀλαλαγμοὺς οἵτινες donoῦν τὸν  
 ἄερα, ὕμνοι καὶ ἐπευφημίαι ὑπὲρ τοῦ Ἰησοῦ  
 ἀντηχοῦν, κλάδοι φοινίκων σείονται ἐορταστι-  
 κῶς, ἐνδύματα κατὰ γῆς στρώνονται ἵνα δι' αὐ-  
 τῶν διέλθῃ ὁ Ναζωραῖος καὶ ἄπειρα παρόμοια  
 γίνονται. Μόνον οἱ φθονεροὶ Φαρισαῖοι δὲν  
 συμμετέχουν τῆς γενικῆς ἐκείνης χαρᾶς καὶ συ-  
 νιστοῦν νὰ σιγήσῃ ὁ Κύριος τὸν ἠχήμεντα ἐκεῖ-  
 νον ὠκεανὸν τοῦ κόσμου, ἀλλὰ λαμβάνουν τὴν  
 ἀπάντησιν ὅτι καὶ ἂν ὁ κόσμος σιγήσῃ οἱ λίθοι  
 κεκράξονται περὶ τῆς θεότητός του. Ἄς ἐξέλθω-  
 μεν καὶ ἡμεῖς ἔστω καὶ πρὸς στιγμὴν τῆς τύρβης  
 τοῦ κόσμου πρὸς ὑποδοχὴν τοῦ ἐρχομένου Μεσ-  
 σίου. Ἰδοὺ καιρὸς εὐπρόσδεκτος ἰδοὺ ἡμέρα με-  
 τανοίας. Διελθόντες τὸ πέλαγος τῆς νηστείας,  
 εἰσερχόμεθα εἰς τὸ στάδιον τῆς Μεγ. ἐβδ. ἡτὶς  
 διὰ κατασκευατικῶν ὕμνων κρούει τὰς εὐαι-  
 σθητοτέρας χορδὰς τῆς ἀνθρωπίνης καρδίας.