

Οι νηστείες και οι καταλύσεις της Εκκλησίας μας

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Νηστεία είναι η λήψη «ξηράς τροφής» (ξηροφαγία), χωρίς λάδι ή κρασί, μια φορά την ημέρα, και μάλιστα την ενάτη ώρα (γύρω στις 3 μ. μ.).

Λήψη τροφής, έστω και μόνο ψωμιού, περισσότερο από μια φορά την ημέρα λέγεται λύση νηστείας. Αν φάμε και λάδι ή πιούμε κρασί, τότε κάνουμε κατάλυση νηστείας.

Οι κατηγορίες καταλύσεως της νηστείας είναι τέσσερις: [\(περισσότερα...\)](#)