

Γιατί νηστεύουμε το λάδι και τρώμε ελιές;

Ορ



Του Φουντούλη Ιωάννη

Η παλιά και αληθινή νηστεία συνίσταται στην πλήρη αποχή τροφής ή στην ξηροφαγία.

Επειδή όμως αυτή δέν είναι δυνατόν νά τηρηθεί στίς μεγάλες περιόδους τών νηστειών τού εκκλησιαστικού έτους, λόγω δύσκολων συνθηκών ζωής ή έλλειψης ζήλου, έχουν στην πράξη επινοηθεί διάφορες διευκολύνσεις, ώστε νά είναι δυνατή η εφαρμογή τής νηστείας από όλους τούς πιστούς.

Στήν αρχαία εποχή οι χριστιανοί μετά τήν ενάτη ώρα (3 μ.μ.) τών νηστήσιμων ημερών κατέλυαν μόνο νερό καί ψωμί.

Σιγά-σιγά όμως όχι μόνο η διάρκεια τής ολοκληρωτικής αποχής από τροφή περιορίστηκε στά συνηθισμένα καί στίς άλλες μέρες όρια γι' αυτό μετατέθηκαν καί οι Εσπερινοί **τής Τεσσαρακοστής καί οι Προηγιασμένες τό πρωί αλλά καί άλλα είδη τροφών άρχισαν νά χρησιμοποιούνται, όπως οι καρποί, τά όσπρια, τά οστρακόδερμα, τά μαλάκια κ.ο.κ. [\(περισσότερα...\)](#)**