

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. [\(περισσότερα...\)](#)