

Άγιος Ιωάννης Χρυσόστομος: ΛΟΓΟΣ Δ΄. Περί νηστείας και σωφροσύνης.

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Άγ. Ιωάννης Χρυσόστομος](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Βούλει μαθεῖν ὅσος κόσμος ἀνθρώποις ἡ νηστεία; ὅση ἀσφάλεια καὶ φυλακή; ἐννόησόν μοι το μακάριον καὶ θαυμαστόν γένος τῶν μοναζόντων. Οὗτοι γὰρ τοὺς ἐν μέσῳ θορύβου φυγόντες, καὶ πρὸς τὰς κορυφὰς τῶν ὀρέων ἀναδραμόντες, καὶ τὰς καλύβας ἐν τῇ τῆς ἐρημίας ἡσυχία καθάπερ ἐν εὐδεινῷ τινὶ λιμένι πηξάμενοι, ταύτην συνέμπορον καὶ συγκοινωνόν τοῦ βίου 63.596 παντός ἔλαβον. Διὰ τοῦτο ἀγγέλους αὐτοὺς ἐξ ἀνθρώπων ἐποίησεν· οὐκ ἐκεῖνους δε μόνον, ἀλλὰ καὶ ἐν ταῖς πόλεσιν ὅσους ἀν εὐρὴ προσιεμένους αὐτήν, πρὸς τὸ αὐτὸ τῆς φιλοσοφίας ὕψος ἀνάγει. Ἐκείνη καὶ νῦν ἡμᾶς πρὸς τὸν πατρῶον συνήγαγεν οἶκον· ἐκείνη καὶ τοὺς πρὸ τούτου ραθυμότερους σήμερον πρὸς τὰς μητρικὰς ἐπανήγαγε χεῖρας. Εἰ δε προσδοκωμένη μόνον τοσαύτην ὑμῖν ἐνεποίησε τὴν σπουδὴν, φανείσα καὶ 63.597 παραγενομένη πόσην ὑμῖν ἐργάσεται τὴν εὐλάβειαν; Εἰ ταύτης ἤκουσε τῆς φωνῆς ὁ Ἀδάμ, οὐκ ἀν ἤκουσε τῆς δευτέρας τῆς λεγούσης, Ἦ εἰ, καὶ εἰς γῆν ἀπελεύση· ἀλλ' ἐπειδὴ ταύτης παρήκουσε, διὰ τοῦτο θάνατος καὶ ἀθυμία καὶ φροντίδες, καὶ ζωὴ θανάτου παντός χαλεπωτέρα. Καὶ ὡσπερ ὑβρισθεῖσα θάνατον ἐπήγαγε τῷ ὑβρίσαντι, οὕτω πάλιν τιμηθεῖσα θάνατον ἀνεκαλέσατο. Τὴν γὰρ τῶν Νινευιτῶν πόλιν τὴν μεγάλην καὶ θαυμαστήν ἐπὶ γόνυ κειμένην, παρὰ αὐτὸ τὸ βάραθρον τὴν κεφαλὴν κλίνασαν, καὶ μέλλουσαν τὴν ἀνωθεν φερομένην δέχεσθαι πληγὴν, καθάπερ τὶς ἀνωθεν ἐπιστάσα δύναμις, ἐξ αὐτῶν ἤρπασε τῶν τοῦ δημίου χειρῶν, καὶ πρὸς τὴν ζωὴν ἐπανήγαγεν. Ἴδωμεν τοίνυν πῶς ἐνήστευσαν οἱ Νινευίται, καὶ πῶς τῆς οργῆς ἀπηλλάγησαν ἐκείνης. Οἱ ἀνθρώποι καὶ τὰ κτήνη καὶ τὰ πρόβατα καὶ οἱ βόες μὴ νεμέσθωσαν, φησί. Τὶ λέγεις, εἰπέ μοι; καὶ τὰ ἄλογα νηστεύει, καὶ ἵπποι καὶ ἡμίονοι σάκκῳ περιβάλλονται; Ναι, φησί· καθάπερ γὰρ εὐπόρου τινὸς τελευτήσαντος, οὐκ οἰκέτας μόνον, οὐδέ θεραπευίδας, ἀλλὰ καὶ ἵππους οἱ προσήκοντες σάκκῳ περιβαλόντες, ἀκολουθεῖν ἐπὶ τὸ μνῆμα κελεύουσι, τὸ μέγεθος τῆς συμφορᾶς ἐπιδεικνύμενοι, καὶ πρὸς ἔλεον ἀπαντας ἐπισπώμενοι, οὕτω δὴ καὶ τῆς πόλεως ἐκείνης ἀπόλλυσθαι μελλούσης, καὶ τὴν ἄλογον φύσιν σάκκῳ περιέβαλον καὶ ζυγῷ νηστείας. Οὐκ ἔστι τὰ ἄλογα λόγῳ μαθεῖν, φησί, τοῦ Θεοῦ τὴν οργὴν. Μανθανέτωσαν διὰ τοῦ λιμοῦ· καὶ γὰρ τὰ μέλλοντα κοινωνεῖν τῆς κολάσεως, κοινωνεῖτω καὶ τῆς νηστείας. Εἰ δε τινες τῶν ἐνταῦθα συνόντων ὑπὸ ἀσθενείας σωματικῆς κωλυόμενοι, οὐ δύνανται ἄσιτοι διαμένειν, τούτοις παραινῶ, καὶ τὴν ἀσθένειαν τὴν σωματικὴν παραμυθεῖσθαι, καὶ τῆς διδασκαλίας ταύτης τῆς πνευματικῆς μὴ ἀποστερεῖν εαυτοὺς, ἀλλὰ ταύτη μᾶλλον πλείονα τὴν σπουδὴν ἐπιδείκνυσθαι. Διὰ γὰρ τοῦτο τὴν ἀποχὴν τῶν βρωμάτων κελεύει γίνεσθαι ὁ Θεός, ἵνα χαλινούντες τὰ σκιρτήματα τῆς σαρκός, εὐήνιον αὐτὴν ἀπεργαζώμεθα πρὸς τὴν τῶν ἐντολῶν εκπλήρωσιν. Εἰ δε μέλλοιμεν μηδέ τὴν ἀπὸ νηστείας βοήθειαν εαυτοῖς προσάγειν διὰ τὴν τοῦ σώματος ἀσθένειαν, καὶ πλείονα τὴν ραθυμίαν

επιδείκνυσθαι, τα μέγιστα ζημιούμεθα. Ει γαρ μετά νηστείας η των κατορθωμάτων έλλειψις ουδέν ημάς ονίνησι, πολλώ μάλλον, ει μηδέ τω φαρμάκω της νηστείας χρήσασθαι δυνάμεθα, πλείονα την ραθυμίαν επιδειξόμεθα, προς την των εντολών εκπλήρωσιν. Ει γαρ οι των βιωτικών μετέχοντες πραγμάτων, ουκ αν ποτε ανάσχοιντο επιτηδεύματος άψασθαι, μη πρότερον το εκείθεν κέρδος περισκοπήσαντες, πολλώ μάλλον ημάς δίκαιον τούτο ποιείν, και μη απλώς τας εβδομάδας των νηστειών παρατρέχειν, αλλά διερευνάσθαι την εαυτών συνείδησιν, και τον λογισμόν βασανίζειν, και σκοπεΐν, τι μεν εν ταύτη τη εβδομάδι κατώρθωται, τι δε εν τη ετέρα, και τίνα προσθήκην εδεξάμεθα εις την επιούσαν, και ποίον των εν ημίν παθών διωρθώσαμεν. Ει γαρ μη μέλλοιμεν ούτω τα καθ' εαυτούς οικονομείν, και τοσαύτην επιμέλειαν ποιείσθαι της εαυτών ψυχής, ουδέν ημίν όφελος έσται της νηστείας και της ασιτίας ης υπομένομεν. Ει τοίνυν δι' ασθένειαν σωματικήν ου δύνασαι άσιτος παρατείνειν την ημέραν, ουδείς ευφρονών υπέρ τούτου σε εγκαλέσαι δυνήσεται.

Δεσπότην γαρ έχομεν ήμερον και 63.598 φιλόανθρωπον, και ουδέν των υπέρ δύναμιν παρ' ημών επιζητούντα. Ουδέ γαρ την αποχήν των βρωμάτων και την νηστείαν

απλώς απαιτεί παρ' ημών γίνεσθαι, ουδέ δια τούτο, ίνα άσιτοι διαμένωμεν μόνον, αλλ' ίνα αφιστώντες εαυτούς από των βιωτικών πραγμάτων, πάσαν την σχολήν εν τοις πνευματικοίς αναλίσκωμεν. Ως ει μετά νηφούσης διανοίας τον εαυτών βίον ωκονομούμεν, και περί τα πνευματικά πάσαν την σπουδήν επεδεικνύμεθα, και τη τροφή ούτω προσίεμεν, ως την χρείαν μόνον πληρούν, και εν ταις αγαθαίς πράξεσιν άπαντα τον βίον καταναλίσκειν, ουδέ χρεία ην ημίν της βοηθείας της από της νηστείας. Αλλ' επειδή ράθυμός εστιν η φύσις η ανθρωπίνη, και τη τρυφή και τη ανέσει μάλλον εαυτήν επιδίδωσι, δια τούτο καθάπερ πατήρ φιλόστοργος, την από της νηστείας ημίν ιατρείαν επενόησεν ο φιλόανθρωπος Δεσπότης, ίνα και τα της τρυφής ημίν εκκόπτηται, και την περί τα βιωτικά φροντίδα μεταγάγωμεν επί την των πνευματικών εργασίαν. Αλλ' εισί πολλοί των ανθρώπων, οι καθάπερ θηρίω τη νηστεία πυκτεύειν μέλλοντες, ούτω τη γαστριμαργία καθοπλίζονται, και διαρρήξαντες εαυτούς και σκοτώσαντες, μετά πολλής της παραφροσύνης υποδέχονται το γαληνόν και ήμερον της νηστείας όμμα. Και εάν ερωτήσω, τίνος ένεκεν εις βαλανείον τρέχεις σήμερον, λέγεις, ίνα καθαρώ τω σώματι την νηστείαν υποδέξωμαι· εάν δε ερωτήσω, τίνος ένεκεν μεθύεις, πάλαι ερείς, Επειδή τη νηστεία εισιέναι μέλλω. Πως ουν ουκ άτοπον, σώματι μεν καθαρώ, ψυχή δε ακαθάρτω και μεθυούση την καλλίστην νηστείαν ταύτην υποδέχεσθαι; Τοσούτον τοίνυν εαυτούς εθίσωμεν εσθίειν, όσον προς το ζην μόνον, ουχ όσον διασπάσθαι και βαρύνεσθαι. Ου γαρ δια τούτο εγενόμεθα και ζώμεν, ίνα φάγωμεν και πΐωμεν, αλλά δια τούτο εσθίομεν, ίνα

ζώμεν· ου γαρ το ζην δια το φαγείν, αλλά δια το ζην το φαγείν γέγονεν εξ αρχής. Προς χρείαν, αδελφοί, ου προς ηδονήν η ζωή συμμεμέτρηται. Το ουν περιττόν της φύσεως αποθέμενοι, το αναγκαίον μόνον ασπασώμεθα. Τι γαρ της τραπέζης εκείνης αγιώτερον γένοιτ' αν, ένθα μέθη μεν και αδηφαγία και πάσα ασωτία απελήλαται, θαυμαστή δε τις αντεισενήνεκται περί της φυλακής των του Θεού νόμων άμιλλα· και παρατηρεί μεν ανήρ την γυναίκα, και όπως εις τα της επιορκίας μηδέποτε εμπέση βάραθρα· φυλάττει δε γυνή τον άνδρα, και καταδίκη τω παραβάντι κείται μεγίστη· ουκ επαισχύνεται δε ουδέ υπό των δούλων ο δεσπότης ελέγχεσθαι, ουδέ τους οικέτας αυτού επί τούτοις διορθούν; Ουκ αν τις αμάρτοι την τοιαύτην οικίαν εκκλησίαν προσειπών. Όπου γαρ σωφροσύνη τοσαύτη, ως εν καιρώ τρυφής μεριμνάν υπέρ των θείων νόμων, και τους παρόντας άπαντας υπέρ τούτου προς αλλήλους αγωνίζεσθαι και φιλονεικείν, εύδηλον ότι δαιμόνων μεν άπασα πονηρά δύναμις απελήλαται, ο Χριστός δε πάρεστιν επί τη καλή των δούλων φιλονεικία. Αλλά πολλή μεν η ηδονή τη κακία, φησί, πολύς δε τη αρετή συνέζευκται ο πόνος και ο ιδρώς. Και ποία 63.599 σοι χάρις ην, τίνος δ' αν έλαβες μισθόν, ει μη επίπονον το πράγμα ην; Και γαρ πολλούς έχω δείξει φύσει το μίγνυσθαι γυναιξί μισούντας· τούτους ουν σώφρονας καλέσομεν η στεφανώσομεν; Ουδαμώς· σωφροσύνη γαρ εστιν εγκράτεια, και το μαχομένων περιγενέσθαι των ηδονών. Πολλάκις γαρ ημών την διάνοιαν κύματα καταλαμβάνει παθών, των θαλαττίων αγριώτερα, και πολλήν αυτή εμποιούντα την σύγχυσιν· αλλ' ο μεν ράθυμος και κατημελημένος, αρχομένου του χειμώνος, ευθέως θορυβείται, ταραττεται, κλονείται, περιορά γινομένην υποβρύχιον την ψυχήν υπό των παθών, και ναυάγιον υπομένουσαν· ο δε καρτερός και νεανικός, καθάπερ κυβερνήτην επί των οιάκων, ούτω τον λογισμόν επάνω των παθών καθίσας, ου πρότερον αφίσταται πάντα ποιών, έως αν κατευθύνη το σκάφος προς τον εύδιον της φιλοσοφίας λιμένα. Μη δη καταμαλάττωμεν ημών την ισχύν μηδέ εκκόπτωμεν τα νεύρα ταις των γυναικών ομιλίαις. Και γαρ άφατος και πολλή ταις ψυχαίς ημών εντεύθεν εισρεί κακία. Τι γαρ, ει και μη αισθανόμεθα τη φιλία μεθύοντες; Τούτο γαρ αυτό πάντων εστί δεινότατον, ότι ουδέ ίσμεν όπως εκνευριζόμεθα, και κηρού παντός γινόμεθα μαλακώτεροι. Καθάπερ γαρ τις λέοντα γαύρον και βλοσυρόν λαβών, είτα αποκείρας μεν την κόμην, ανελών δε τους οδόντας, και περιελών τους όνυχας, αισχρόν ποιεί και καταγέλαστον, και παιδίσις ευκαταγώνιστον, τον φοβερόν και αφόρητον και από μόνου του βρυχήματος πάντα σείοντα· ούτω δη και αύται πάντας όσους αν λάβωσι, ευχειρώτους τω διαβόλω ποιούσι, μαλακωτέρους, θερμοτέρους, αναισχύντους, ανοήτους, ακροχόλους, θρασείς, ακαίρους, αγεννείς, απηνείς, δουλοπρεπέις, ανελευθέρους, ιταμούς, φλυάρους, και απλώς πάντα τα γυναικεία πάθη τα διεφθαρμένα φέρουσαι εις την τούτων εναπομάττονται ψυχήν. Αμήχανον ουν τον γυναιξί συνοικούντα μετά συμπαθείας τοσαύτης και ταις εκείνων εντρεφόμενον

ομιλίας, μη αγύρτην τινά είναι και αγοραίον και συρφετώδη· καν γαρ φθέγγηται τι, πάντα από των ιστών και των ερίων φθέγγεται, της γλώσσης αυτού τη ποιότητα των γυναικείων αναχρωσθείσης ρημάτων· καν ποιή τι, μετά πολλής τούτο εργάζεται δουλοπρεπείας, πόρρω της Χριστιανοίς πρεπούσης ελευθερίας εαυτόν αποικίσας, και προς ουδέν των μεγάλων κατορθωμάτων γενόμενος χρήσιμος. Ει τοίνυν βούλει δείξαι σαφώς ημίν, ότι ου χείρεις αισχρά φθεγγόμενος, μηδέ ακούειν ανέχου. Νυν δε πότε δυνήση τους υπέρ της σωφροσύνης ιδρώτας ενεγκείν, κατά μικρόν υπορρέων υπό του γέλωτος και των αισχρών τούτων ρημάτων; Και γαρ αγαπητόν, απάντων τούτων καθαρεύουσιν ψυχήν, δυνηθήναι γενέσθαι σεμνήν και σώφρονα. Και μη μοι λεγέτω τις, 63.600 ότι Ου δύναμαι σωθήναι, εάν μη αποτάξωμαι γυναικί, εάν μη αποτάξωμαι παιδίοις, εάν μη αποτάξωμαι πράγμασι μη γαρ κώλυμα ο γάμος; βοηθός σοι δέδοται η γυνή· μη γαρ επίβουλος; Ουχί φαύλος ο γάμος, αλλά κακόν η πορνεία. Εγώ τω εμώ κινδύνω εγγυώμαί σοι την σωτηρίαν. Ει δε φαύλη εστί, μη προφασίζου· και γαρ η γυνή του Ιώβ πονηρά ην και φαύλη, και βλασφημείν αυτώ συνεβούλευε. Τι ουν; έσεισε τον πύργον; κατήνεγκε τον αδάμαντα; περιεγένετο της πέτρας; Ουδαμώς· αλλ' εκείνη προσέκρουσε, και ο πύργος ασφαλέστερος εγένετο· ο καρπός ετρυγήθη, και το δένδρον ουκ εσαλεύθη· τα φύλλα έπεσε, και η ρίζα έμεινεν ασάλευτος. Ωσπερ ουν κυβερνήτης εν λιμένι ναυάγιον εργαζόμενος ουκ αν τύχοι συγγνώμης τινός, ούτως ουδέ άνθρωπος μετά την ασφάλειαν την από του γάμου τους ετέρων διορύττων γάμους, η γυναίκα ηντιναούν περιέργως ορών, ουκ αν τύχοι τινός απολογίας, ούτε παρά ανθρώποις, ούτε παρά Θεώ, καν μυριάκις την της φύσεως επιθυμίαν προβάλληται. Ποία γαρ εκ της τοιαύτης επιθυμίας γένοιτο αν ηδονή, όταν φόβος παρή και αγωνία και κίνδυνος και δικαστηρίων φόβος και ευθυνών, και δικαστού θυμός λογίζεται και ξίφος και δήμιος και βάραθρον και απαγωγή; Ο γαρ τοιούτος και τας σκιας και τους τοίχους και αυτούς τους λίθους καθάπερ φωνήν αφιέντας, ούτως υφοράται και υποπτέυει, και πάντα τρέμει και δέδοικε, και τη προσδοκία των τοσοούτων δεινών την ψυχήν καταδάκνεται. Ωστε ουχί κώλυμα ο γάμος, αλλά ασφάλεια μάλλον της σωφροσύνης εστί. Τοσοούτον γαρ εστιν η παρθενία πράγμα, και τοσοούτου δείται πόνου, ότι κατελθών εξ ουρανού ο Χριστός, ίνα τους ανθρώπους αγγέλους ποιήση, και την άνω πολιτείαν ενταύθα καταφυτεύση, ουδέ τότε εθάρρησεν επιτάξαι τούτο ουδέ εις νόμου τάξιν αγαγείν· αλλ' αποθνήσκειν μεν δι' αυτόν ενομοθέτησεν, ου τι βαρύτερον γένοιτ' αν; και σταυρούσθαι διηνεκώς, και τους εχθρούς ευεργετεί· παρθελεύειν δε ουκ ενομοθέτησεν, αλλ' αφήκεν εν τη των ακουόντων κείσθαι προαιρέσει, ειπών, Ο δυνάμενος χωρείν, χωρείτω. Και γαρ μέγας ο όγκος του πράγματος, και σφόδρα αποκεκρυμμένον τούτο της αρετής το χωρίον. Και τούτο δηλούσι και οι εν τη Παλαιά πολλά κατορθώσαντες. Και γαρ Μωϋσής εκείνος ο μέγας, των προφητών το κεφάλαιον, ο γνήσιος τω Θεώ φίλος, ο τοσαύτης απολαύσας

παρρησίας, ως εξακοσίας χιλιάδας γενομένης υπευθύνους κολάσει εξαρπάσαι θεηλάτου πληγής, ο τοσούτος και τηλικούτος ανήρ, θαλάττη μεν επέταξε, και πέλαγος έσχισε, και πέτρας διέρρηξε, και αέρα μετέβαλε, και το Νειλών ύδωρ ες αίμα μετέστησε, και πάσαν την κτίσιν μετεστοιχείωσε, και μυρία έτερα επεδείξατο θαύματα, και αρετής πολλά κατορθώματα· προς δε τους αγώνας τούτους ουδέ αντιβλέψαι ίσχυσε, αλλ' εδεήθη γάμου και της εντεύθεν ασφαλείας· και ουκ ετόλμησεν εις το της παρθε 63.601 νίας πέλαγος εαυτόν εκδούναι, τα εκείθεν κύματα δεδοικώς. Και ο πατριάρχης δε, ο του παιδός ιερέυς, το μεν τυραννικώτατον της φύσεως ίσχυσε καταπαλαίσαι πάθος, και παίδα ανελείν εδυνήθη, και παίδα τον Ισαάκ εν αυτώ της ηλικίας τω άνθει, εν αυτή της νεότητος τη ακμή, μονογενή, γνήσιον, και παρ' ελπίδα πάσαν αυτώ δεδομένον, και αναγαγείν αυτόν επί το όρος ίσχυσε, και μάχαιραν ήρπασε, και δια του λαιμού του παιδός το ξίφος ώθησε· και γαρ ώθησε και ήμαξεν· αλλ' όμως ο τοσούτον και τηλικούτον ισχύσας διανύσαι άθλον, αυτής εξελθών της φύσεως, προς τους αγώνας της παρθενίας αποδύσασθαι ουκ ετόλμησεν, αλλ' έδεισε και αυτός τα σκάμματα ταύτα, 63.602 και την εκ του γάμου παραμυθίαν επεσπάσατο. Και ο δίκαιος δε Ιώβ, ος την του διαβόλου συνέκοψεν όψιν, παιόμενος, ου παίων, και άπαν υπέμεινε πειρασμών είδος, και έκαστον μεθ' υπερβολής απάσης· τα γαρ δοκούντα είναι λυπηρά και όντα, ταύτα πάντα εις εν εξεχύθη σώμα, και μιας κατεσκεδάσθη ψυχής της εκείνου· ο τοσούτος ουν και τηλικούτος ανήρ, ο τοσαύτας ανάγκας φύσεως καταπατήσας, ουκ ετόλμησεν ουδέ αυτός εις τον αγώνα τούτον καθείναι, αλλά και γυναικός απέλαυσε, και πατήρ εγένετο παιδων τοσούτων. Ουδαμού γαρ αγαμίαν ενομοθέτησεν ο Θεός· ω πρέπει δόξα και τιμή και προσκύνησις, νυν και αεί, και εις τους αιώνας των αιώνων. Αμήν.

Πηγή: paterikiorthodoxia.com