

15 Δεκεμβρίου 2019

## Η νηστεία των Χριστουγέννων

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







1. Δεύτερη μακρά περίοδος νηστείας μετά τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή είναι η νηστεία των Χριστουγέννων, γνωστή στη γλώσσα του ορθοδόξου λαού μας και ως σαραντα(η)μερο. Περιλαμβάνει και αυτή σαράντα ημέρες, όμως δεν έχει την αυστηρότητα της νηστείας της Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Αρχίζει την 15η Νοεμβρίου και λήγει την 24η Δεκεμβρίου.

2. Η εορτή της κατα σάρκα γεννήσεως του Κυρίου μας Ιησού Χριστού αποτελεί τη δεύτερη μεγάλη Δεσποτική εορτή του χριστιανικού εορτολογίου. Μέχρι τα μέσα του Δ' αιώνα η Εκκλησία της Ανατολής συνεόρταζε τη γέννηση και τη βάπτιση του Χριστού υπό το όνομα τα Επιφάνεια την ίδια ημέρα, στις 6 Ιανουαρίου. Τα Χριστούγεννα ως ξεχωριστή εορτή, εορταζομένη στις 25 Δεκεμβρίου εισήχθη στην

Ανατολή από τη Δύση περί τα τέλη του Δ' αιώνα.

Ο άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος, που πρώτος ομιλεί για την εορτή των Χριστουγέννων, την ονομάζει «μητρόπολιν πασών των εορτών» και μας πληροφορεί περί το 386 ότι «ούπω δέκατον έστιν έτος, εξ ου δήλη και γνώριμος ημίν αύτη η ημέρα (της εορτής) γεγένηται».

Με τη διαίρεση της άλλοτε ενιαίας εορτής και την καθιέρωση των τριών ξεχωριστών εορτών, της Γεννήσεως την 25η Δεκεμβρίου, της Περιτομής την 1η και της Βαπτίσεως την 6η Ιανουαρίου, διαμορφώθηκε και το λεγόμενο Δωδεκαήμερον, δηλαδή το εόρτιο χρονικό διάστημα από τις 25 Δεκεμβρίου ως τις 6 Ιανουαρίου. Έτσι διασώθηκε κατά κάποιο τρόπο η αρχαία ενότητα των δύο μεγάλων εορτών της Γεννήσεως και της Βαπτίσεως του Κυρίου.

3. Η μεγάλη σημασία που απέκτησε με την πάροδο του χρόνου στη συνείδηση της Εκκλησίας η νέα εορτή των Χριστουγέννων και η ευλάβεια των πιστών και ιδιαίτερα των μοναχών, απετέλεσαν τις προϋποθέσεις για την καθιέρωση και της προ των Χριστουγέννων νηστείας. Σ' αυτό ασφαλώς επέδρασε και η διαμορφωμένη ήδη τεσσαρακονθήμερη νηστεία της Μεγάλης Τεσσαρακοστής που προηγείτο του Πάσχα.

Όπως η εορτή έτσι και η νηστεία, ως προετοιμασία για την υποδοχή των γενεθλίων του Σωτήρος, εμφανίστηκε αρχικά στη Δύση, όπου η νηστεία αυτή ονομαζόταν Τεσσαρακοστή τον άγιου Μαρτίνου επειδή άρχιζε από την εορτή του άγιου τούτου της Δυτικής Εκκλησίας. Το ίδιο επανελήφθη και σ' εμάς, όπου πολλοί τη νηστεία των Χριστουγέννων ονομάζουν του άγιου Φιλίππου επειδή προφανώς αρχίζει την επομένη της μνήμης του Αποστόλου. Οι πρώτες ιστορικές μαρτυρίες, που έχουμε για τη νηστεία προ των Χριστουγέννων, ανάγονται για τη Δύση στον Ε' και για την Ανατολή στον ΣΤ' αιώνα. Από τούς ανατολικούς συγγραφείς σ' αυτήν αναφέρονται ο Αναστάσιος Σιναιτης, ο πατριάρχης Κωνσταντινουπόλεως Νικηφόρος ο Ομολογητής, ο άγιος Θεόδωρος ο Στουδίτης, καθώς επίσης και ο πατριάρχης Αντιοχείας Θεόδωρος Βάλσαμων.

4. Η νηστεία στην αρχή, καθώς φαίνεται, ήταν μικρής διάρκειας. Ο Θεόδωρος Βάλσαμων, που γράφει περί τον ΙΒ' αιώνα —και κατά συνέπεια μας πληροφορεί για τα όσα ίσχυαν στην εποχή του —, σαφώς την ονομάζει «επταήμερον». Όμως υπό την επίδραση της νηστείας της Μεγάλης Τεσσαρακοστής επεξετάθη και αυτή σε σαράντα ήμερες, χωρίς εν τούτοις να προσλάβει την αυστηρότητα της πρώτης.

Πως θα πρέπει να την νηστεύουμε; Καθ' όλη τη διάρκεια του σαρανταημέρου δεν καταλύουμε κρέας, γαλακτερά και αυγά. Αντίθετα, επιτρέπεται να καταλύουμε

ψάρι όλες τις ήμερες — πλην, φυσικά, της Τετάρτης και της Παρασκευής— από την αρχή μέχρι και την 17η Δεκεμβρίου. Ψάρι καταλύουμε επίσης και κατά την εορτή των Εισοδίων της Θεοτόκου, οποιαδήποτε ημέρα κι αν πέσει.

‘Από την 18η μέχρι και την 24η Δεκεμβρίου, παραμονή της εορτής, επιτρέπεται η κατάλυση οίνου και ελαίου μόνο — εκτός, βέβαια, των ημερών Τετάρτης και Παρασκευής που θα παρεμβληθούν και κατά τις οποίες τηρούμε ανέλαιη νηστεία. Επίσης με ξηροφαγία θα πρέπει να νηστεύουμε την πρώτη ήμερα της νηστείας, 15η Νοεμβρίου, καθώς και την παραμονή της εορτής, έκτος βέβαια κι αν πέσουν Σάββατο η Κυριακή.

### **ΝΗΣΤΕΙΑ: ΑΠΟΧΗ ΑΠΟ ΠΑΣΗΣ ΑΜΑΡΤΙΑΣ**

«Επίσης οφείλουμε να μην τηρούμε μόνο την τάξη της νηστείας που αφορά τις τροφές, αλλά να απέχουμε και από κάθε αμαρτία, έτσι ώστε, όπως νηστεύουμε ως προς την κοιλιά, να νηστεύουμε και ως προς τη γλώσσα, αποφεύγοντας την καταλαλιά, το ψέμα, την αργολογία, τη λοιδορία, την οργή και γενικά κάθε αμαρτία που διαπράττουμε μέσω της γλώσσας.

Επίσης χρειάζεται να νηστεύουμε ως προς τα μάτια. Να μη βλέπουμε μάταια πράγματα. Να μην αποκτούμε παρρησία διά μέσου των ματιών. Να μην περιεργαζόμαστε κάποιον με αναίδεια. Ακόμη θα πρέπει να εμποδίζουμε τα χέρια και τα πόδια από κάθε πονηρό πράγμα.

Με αυτό τον τρόπο νηστεύοντας μια νηστεία ευπρόσδεκτη στον Θεό, αποφεύγοντας κάθε είδους κακία που ενεργείται διά μέσου της καθεμιάς από τις αισθήσεις μας, θα πλησιάζουμε, όπως είπαμε, την άγια ήμερα της αναστάσεως αναγεννημένοι, καθαροί και άξιοι της μεταλήψεως των άγιων μυστηρίων».

### **ΔΩΡΟΘΕΟΣ ΓΑΖΗΣ**

Από το “Η νηστεία της Εκκλησίας”, Αρχιμ. Συμεών Κούτσα Εκδ. Αποστολική Διακονία, σελ. 88-92

**Πηγή:** *Orthodox Answers*