

## Ευχή περί νηστείας

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



Κυρίε μου, καθώς βαδίζω το στάδιο της αγίας Σαρακοστής, αισθάνομαι τα βήματά Σου δίπλα μου, να με ενισχύουν στα αγωνίσματα που Εσύ με καλείς. Ένα τέτοιο αγώνισμα είναι και η νηστεία, δηλαδή η στέρηση μερικών τροφών, με τη βοήθεια της οποίας ισχυροποιείται η θέλησή μας στο αγαθό και καθαρίζεται ο νους και η ψυχή μας από την αμαρτία.

Κύριε, Εσύ που, αν και αναμάρτητος, νήστευες 40 μέρες στην έρημο, δώσε μου τη δύναμη να κάνω κι εγώ τη μικρή νηστεία, που θα μου καθορίσει ο πνευματικός μου. Κυρίως όμως ενίσχυσέ με, σε παρακαλώ, στον αγώνα της πνευματικής νηστείας. Δηλαδή, κάνε αυτήν την περίοδο να νηστέψουν τα μάτια μου από άσχημα θεάματα, τα αυτιά μου από ύποπτα ακούσματα, τα χείλη μου από λόγια που δε Σου αρέσουν, ο νους μου από σκέψεις και η ψυχή μου από επιθυμίες που προσβάλουν την αγάπη Σου.

Έτσι με την αληθινή αυτή νηστεία να με αξιώσεις να φτάσω με περισσότερη καθαρότητα στην αγία Ανάστασή Σου. Αμήν!

**Πηγές:** [Χαρούμενοι Αγωνιστές](#)- [agiosdimitrioskouvaras.blogspot.gr](http://agiosdimitrioskouvaras.blogspot.gr)