

«Η νηστεία είναι εντολή του Θεού. Γι αυτό και μεις να νηστεύουμε παιδιά μου

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Άγ. Ιάκωβος Τσαλίκης / Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες / Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#)



Αναφερόμενος ο Άγιος Γέροντας Ιάκωβος στο θέμα της νηστείας μεταξύ άλλων έλεγε και τα εξής:

«Η νηστεία είναι εντολή του Θεού. Γι αυτό και μεις να νηστεύουμε παιδιά μου. Δε μ' έβλαψε η νηστεία μέχρι σήμερα που ειμαι 70 χρονών. Η μητέρα μου μ' έμαθε νηστεία παδιόθεν. Δεν κάνω τον υποκριτή ότι, παιδιά μου, νηστεύω, αλλά αυτά με δίδαξαν οι γονείς μου και μέχρι σήμερα αυτά τηρώ, τέκνα μου. Δεν με έβλαψε ποτέ η νηστεία κι ας έχω ασθένειες... πάνω μου.



Είπαν οι γιατροί και οι Επίσκοποι:

Η νηστεία κι αυτή η λιτοδίαιτα πολύ ωφελούν τον άνθρωπο. Εφόσον ωφελεί όταν ο γιατρός, με συγχωρείτε, μας λέει: πέντε μέρες πάτερ μου, δε θα πεις νερό ούτε μια σταγόνα, για να κάνουμε μια θεραπεία, να δούμε το σώμα σου τι έχει. Λοιπόν πέντε μέρες άντεξα. Πολύ καλό με είχε κάνει. Ε, πόσο μάλλον ωφελεί όταν νηστεύουμε για την ψυχή μας! Αλλά και στο σώμα αυτό κατοικεί ψυχή αθάνατος. Γι' αυτό ας φροντίζουμε για την ψυχή μας που είναι πράγμα αθάνατο. Να νηστεύετε παιδιά μου, μην ακούτε που λένε δεν είναι η νηστεία τίποτε κι ότι τα λένε οι καλόγηροι. Δεν τα λένε οι καλόγηροι παιδιά μου, με συγχωρείτε, τα λέει ο Θεός. Η πρώτη εντολή του Θεού ήταν η νηστεία, καθώς και ο Χριστός μας νήστευσε. Εμείς μπορούμε να πούμε ότι νηστεύουμε. Ε, τρώμε τόσα και τόσα. Τώρα νηστεία παιδιά μου κάνουμε εμείς;

Όταν τρώμε, με συγχωρείτε, τόσα και τόσα φαγητά, έστω αλάδωτα, έστω ...Υπάρχουν νησίσιμα φαγητά πολλά. Αρκεί ο άνθρωπος να χει την υγεία του και τη θέληση να νηστέψει.

Κάποτε ήρθε ένα πρόσωπο και μου λέει: παπά μου, μου είπανε ότι νηστεία δεν υπάρχει. Και ότι ποιος είπε ότι υπάρχει νηστεία. Του είπα να πει στον Ιερέα ν' ανοίξει το Βιβλίο να δει που υπάρχει νηστεία. «Ει μή εν προσευχη καί νηστεία ...», λέγει στο Ευαγγέλιο ο Χριστός μας και άλλα πολλά. Και τα δαιμόνια και οι αρρώστιες κι όλα τα πάθη με τη νηστεία και την προσευχή αποβάλλονται. Ο Άγιος Πρόδρομος τι έτρωγε εκείνος στην έρημο; Τι έτρωγε ο Όσιος Δαυίδ; Μ' ένα αντίδωρο περνούσε στο ασκητήριο του όλη την εβδομάδα.

Άγιος Γέροντας Ιάκωβος

Πηγή: news.tv4e.gr