

Η αγία Συγκλητική για τη σωστή νηστεία.

Από τον Ευεργετινό.



Έλεγε η αγία Συγκλητική: «Δεν είναι κάθε άσκηση σωστή. Γιατί υπάρχει και άσκηση που την επιτείνει ο εχθρός· τέτοια άλλωστε κάνουν και οι μαθητές του. Πώς λοιπόν θα ξεχωρίσουμε τη θεϊκή και βασιλική άσκηση από την τυραννική και δαιμονική; Προφανώς από το μέτρο.

» Όλος σου ο καιρός να είναι ένας κανόνας νηστείας. Μη νηστέψεις τέσσερις ή πέντε μέρες και την επόμενη καταστρέψεις τη δύναμή σου με τα πολλά φαγητά· γιατί παντού η έλλειψη του μέτρου είναι βλαβερή. Μην ξοδέψεις μεμιάς τα όπλα σου, μήπως βρεθείς γυμνός στον πόλεμο και νικηθείς εύκολα. Τα όπλα μας είναι το σώμα, και η ψυχή ο στρατιώτης· να φροντίζεις και τα δύο ανάλογα με τις ανάγκες.

» Όταν είσαι νέος και υγιής, νήστεψε, γιατί θα έρθουν τα γεράματα και η αδυναμία. Όσο ακόμη μπορείς, αποθήκευσε τροφές, για να βρεις όταν δεν θα μπορείς. Να νηστεύεις με σύνεση και ακρίβεια. Πρόσεξε μην εισχωρήσει ο εχθρός στις δοσοληψίες της νηστείας σου, αλλά να γίνεις έμπειρος τραπεζίτης, σύμφωνα με τον λόγο του Κυρίου, και να ξεχωρίζεις με ακρίβεια το

βασιλικό νόμισμα. Γιατί υπάρχουν και νομίσματα παραχαραγμένα, φτιαγμένα και τούτα από χρυσό, αλλά διαφορετικά στη χαραγμένη μορφή. Χρυσός είναι η νηστεία, η εγκράτεια, η ελεημοσύνη· σε αυτά όμως οι ειδωλολάτρες βάζουν τη σφραγίδα του τυράννου τους, του διαβόλου, και οι αιρετικοί επίσης καυχούνται γι' αυτά. Εσύ όμως πρόσεχέ τους, και να τους αποφεύγεις ως παραχαράκτες. Να προσέχεις άγρυπνα να μη ζημιωθείς, πέφτοντας απρόσεκτα στα έργα τους».



Έλεγε η αγία Συγκλητική: «Αν έβαλες σκοπό να νηστέψεις, μην προφασιστείς αρρώστια και εξαιτίας της αφήσεις τη νηστεία. Γιατί και εκείνοι που δεν νηστεύουν πέφτουν πολλές φορές στις ίδιες ή και σε χειρότερες αρρώστιες. Άρχισες το καλό· μην το αφήσεις, επειδή ο εχθρός σε εμπόδισε με την αρρώστια· αντίθετα, με την υπομονή σου εκείνος μάλλον να εξουδετερωθεί. Εκείνοι που ξεκινούν θαλάσσιο ταξίδι, στην αρχή ανοίγουν τα πανιά, μόλις φυσήξει κατάλληλος άνεμος. Στη συνέχεια συναντούν και αντίθετο άνεμο· οι ναύτες όμως δεν βιάζονται να ρίξουν το φορτίο στη θάλασσα εξαιτίας της μικρής αυτής θαλασσοταραχής. Αντίθετα, αφού παραμείνουν για λίγο άπρακτοι, ή και αφού δώσουν μάχη με τη θαλασσοταραχή, όταν αυτή περάσει, συνεχίζουν το ταξίδι, χωρίς να έχουν πάθει τίποτε. Έτσι και εμείς: όταν πέσει επάνω μας αντίθετος άνεμος, ας απλώσουμε τον σταυρό αντί για πανί και ας συνεχίσουμε το ταξίδι χωρίς φόβο».

Από το βιβλίο: ΕΥΕΡΓΕΤΙΝΟΣ, τόμος Β', Υπόθεση ΙΗ' (18), σελ. 155, και τόμος Γ', Υπόθεση ΙΔ' (14), σελ. 123. Εκδόσεις Το Περιβόλι της Παναγίας, Θεσσαλονίκη.

Πηγή : <https://www.koinoniaorthodoxias.org/>