

**Ε' ΠΡΟΣΥΝΟΔΙΚΗ ΠΑΝΟΡΘΟΔΟΞΟΣ ΔΙΑΣΚΕΨΙΣ**  
**Σαμπεζύ-Γενεύη, 10-17 Όκτωβρίου 2015**

**ΑΠΟΦΑΣΙΣ**

**Η ΣΠΟΥΔΑΙΟΤΗΣ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΚΑΙ Η ΤΗΡΗΣΙΣ ΑΥΤΗΣ ΣΗΜΕΡΟΝ**

1. Ή νηστεία είναι θεία έντολή (Γεν. 2, 16-17). Κατά τὸν Μ. Βασίλειον, «συνηλικιώτις ἐστι τῆς ἀνθρωπότητος· νηστεία γάρ ἐν τῷ παραδείσῳ ἐνομοθετήθη» (Περὶ νηστείας, 1, 3. PG 31, 168 A). Είναι μέγα πνευματικόν ἀγώνισμα καὶ ἡ κατ' ἔξοχὴν ἔκφρασις τοῦ ἀσκητικοῦ ἰδεώδους τῆς Ὀρθοδοξίας. Ή Ὀρθόδοξος Ἐκκλησίᾳ ἀπαρεγκλίτως στοιχῦσα εἴς τε τὰ ἀποστολικά θεσπίσματα καὶ τούς συνοδικούς κανόνας καὶ εἰς τὴν καθ' ὅλου πατερικήν παράδοσιν, διεκήρυξε πάντοτε τὴν ὑψίστην ἀξίαν τῆς νηστείας διὰ τὸν πνευματικὸν βίον τοῦ ἀνθρώπου καὶ τὴν σωτηρίαν αὐτοῦ. Εἰς τὸν κύκλον τῆς λατρείας τοῦ ἐνιαυτοῦ τοῦ Κυρίου προβάλλεται ἡ ὅλη περὶ τῆς νηστείας πατερική παράδοσις καὶ διδασκαλία διὰ τὴν συνεχῆ καὶ ἀδιάπτωτον ἐγρήγορσιν τοῦ ἀνθρώπου καὶ τὴν ἐπίδοσιν αὐτοῦ εἰς τοὺς πνευματικούς ἀγῶνας. Διό καὶ ὑμεῖς εἰς τὸ Τριώδιον ως χάρις πολύφωτος, ως ὅπλον ἀκαταμάχητον, ως πνευματικῶν ἀγώνων ἀρχή, ως καλλίστη τρίβος ἀρετῶν, ως τροφή ψυχῆς, ως πηγὴ φιλοσοφίας ἀπάσης, ως ἀφθάρτου διαγωγῆς καὶ ισαγγέλου πολιτείας τὸ μίμημα, ως μήτηρ τῶν ἀγαθῶν ἀπάντων καὶ τῶν ἀρετῶν καὶ ως εἰκὼν τῆς μελλούσης ζωῆς.
2. Ή νηστεία ως ἀρχαιότατος θεσμός ἀπαντᾷ ἥδη εἰς τὴν Παλαιὰν Διαθήκην (Δευτ. 9, 18. Ἡσ. 58, 4-10. Ἰωήλ 2, 15. Ἰωνᾶς 3, 5-7), βεβαιοῦται δέ ὑπὸ τῆς Καινῆς. Αὐτός ὁ Κύριος ἐνήστευσεν ἐπὶ τεσσαράκοντα ἡμέρας πρὸ τῆς ἐνάρξεως τῆς δημοσίας δράσεως αὐτοῦ (Λουκ. 4, 1-2) καὶ ἔδωκεν ὀδηγίας ως πρὸς τὸν τρόπον ἀσκήσεως τῆς νηστείας (Ματθ. 6, 16-18). Εἰς τὴν Καινὴν Διαθήκην γενικώτερον συνιστᾶται ἡ νηστεία ως μέσον ἐγκρατείας, μετανοίας καὶ πνευματικῆς ἀνατάσεως (Μάρκ. 1, 6. Πράξ. 13, 2. 14, 23. Ρωμ. 14, 21). Ή Ἐκκλησίᾳ, ἀπὸ τῆς ἀποστολικῆς ἐποχῆς, διεκήρυξε τὴν ὑψίστην σημασίαν τῆς νηστείας καὶ ὥρισε τὴν Τετάρτην καὶ τὴν Παρασκευὴν ως ἡμέρας νηστείας (Διδαχὴ 8, 1), ως ἐπίσης καὶ τὴν πρὸ τοῦ Πάσχα νηστείαν (Εἰρηναῖος Λουγδούνου, ἐν: Εὔσεβίου, Ἐκκλησιαστικὴ Ἰστορία 5, 24. PG 20, 497B-508 AB). Βεβαίως, εἰς τὴν ἐκκλησιαστικὴν πρᾶξιν, τὴν ἀνά τούς αἰώνας μαρτυρουμένην, ὑπῆρξεν ποικιλία οὐχὶ μόνον εἰς τὴν ἔκτασιν τῆς νηστείας πρὸ τοῦ Πάσχα (Διονυσίου Άλεξανδρείας, Ἐπιστολὴ πρὸς Βασιλείδην ἐπίσκοπον, PG 10, 1277), ἀλλὰ καὶ ως πρὸς τὸν ἀριθμὸν καὶ τὸ περιεχόμενον τῶν ὑπολοίπων περιόδων νηστείας, αἵτινες διεμορφώθησαν ὑπὸ τὴν ἐπιρροὴν ποικίλων παραγόντων, πρωτίστως λειτουργικῶν καὶ μοναστικῶν, προκειμένου νὰ συντελῆται μεταξύ ἄλλων καὶ ἡ κατάλληλος προετοιμασία πρὸ τῶν μεγάλων ἔορτῶν. Οὕτως, ὁ ἄρρηκτος δεσμὸς νηστείας καὶ λατρείας παρέχει τὸ μέτρον καὶ τὸν σκοπὸν τῆς νηστείας καὶ ἀναδεικνύει τὸν πνευματικὸν χαρακτῆρα αὐτῆς, διό καὶ ἂπαντες οἱ πιστοὶ καλοῦνται νὰ ἀνταποκριθοῦν, ἔκαστος κατὰ τὴν ιδίαν αὐτοῦ δύναμιν καὶ δυνατότητα, χωρίς ὅμως νὰ παρέχηται καὶ ἐλευθερία καταφρονήσεως τοῦ ἱεροῦ τούτου θεσμοῦ: «ὅρα μή τις σέ πλανήσῃ ἀπό ταύτης τῆς ὁδοῦ τῆς διδαχῆς... Εἰ μὲν γάρ δύνασαι βαστάσαι ὅλον τὸν ζυγὸν τοῦ Κυρίου, τέλειος ἔσει· εἰ δέ οὐ δύνασαι, ὅ δύνη τοῦτο ποίει. Περὶ δέ τῆς βρώσεως, ὅ δύνασαι, βάστασον» (Διδαχὴ 6, 1-3).
3. Ή ἀληθής νηστεία, ως πνευματικὸν ἀγώνισμα, συνδέεται πρὸς τὴν ἀδιάλειπτον προσευχήν καὶ τὴν εἰλικρινή μετάνοιαν. «Μετάνοια χωρίς νηστείας ἀργή» (Μ. Βασίλειον, Περὶ νηστείας 1, 3. PG 31, 168 A), ως ἐπίσης καὶ νηστεία ἄνευ ἔργων εὐποιίας είναι νεκρά, ίδια δέ κατὰ τὴν σύγχρονον ἐποχήν, καθ' ἦν ἡ ἀνισος καὶ ἄδικος κατανομὴ τῶν ἀγαθῶν στερεῖ καὶ αὐτοῦ τοῦ ἐπιουσίου ἄρτου ὀλοκλήρους λαούς. «Νηστεύοντες ἀδελφοὶ σωματικῶς, νηστεύσωμεν καὶ πνευματικῶς· λύσωμεν πάντα σύνδεσμον ἀδικίας· διαρρήξωμεν στραγγαλίας βιαίων συναλλαγμάτων· πᾶσαν συγγραφήν ἀδικον διασπάσωμεν· δώσωμεν πεινῶσιν ἄρτον, καὶ πτωχούς ἀστέγους εἰσαγάγωμεν εἰς οἴκους» (Στιχηρόν, Ἰδιόμελον Τετάρτης, Α' Ἐβδομάδος Νηστείῶν. Πρβλ. Ἡσαίου 58,6-7). Ή νηστεία δέν ἔξαντλεῖται εἰς ἀπλῆν καὶ τυπικήν ἀποχήν ἐκ τινῶν μόνον καθωρισμένων τροφῶν. «Οὐ μέντοι ἔξαρκει καθ' ἐαυτήν ἡ ἀποχή βρωμάτων πρὸς τὴν ἐπαινετήν νηστείαν, ἀλλὰ νηστεύσωμεν νηστείαν δεκτήν, εύάρεστον τῷ Θεῷ. Αληθής νηστεία ἡ τοῦ κακοῦ ἀλλοτρίωσις, ἔγκράτεια γλώσσης, θυμοῦ ἀποχή, ἐπιθυμιῶν χωρισμός, καταλαλίας, ψεύδους, ἐπιορκίας. Ή τούτων ἔνδεια νηστεία ἐστίν ἀληθής. Ἐν τούτοις μέν ἡ νηστεία καλόν» (Μ. Βασίλειον, Περὶ νηστείας 2, 7. PG 31, 196 D). Ή κατὰ τὴν νηστείαν ἀποχή ἔκ τινων καθωρισμένων τροφῶν καὶ ἡ κατ' αὐτήν ὀλιγάρκεια, οὐ μόνον κατὰ τὸ εἶδος, ἀλλὰ καὶ κατὰ τὴν ποσότητα τῶν μεταλαμβανομένων τροφῶν, ἀποτελοῦν τὸ

αισθητόν στοιχείον τοῦ πνευματικοῦ ἀγωνίσματος. «Ἡ νηστεία ἀποχή τροφῆς ἐστι κατά τὸ σημαινόμενον. Τροφή δέ οὐδέν δικαιοτέρους ἡμᾶς ἡ ἀδικιωτέρους ἀπεργάζεται· κατά δέ τὸ μυστικόν δηλοῖ ὅτι, ὥσπερ τοῖς καθ' ἔνα ἐκ τροφῆς ἡ ζωή, ἡ δέ ἀτροφία θανάτου σύμβολον, οὕτως καὶ ἡμᾶς τῶν κοσμικῶν νηστεύειν χρή, ἵνα τῷ κόσμῳ ἀποθάνωμεν, καὶ μετά τοῦτο, τροφῆς θείας μεταλαβόντες, Θεῷ ζήσωμεν» (Κλήμεντος Ἀλεξανδρέως, Ἐκ τῶν Προφητικῶν Ἐκλογαί, PG 9, 704D-705A). Οὕτως, ἡ ἀληθής νηστεία ἀναφέρεται εἰς τὴν καθ' ὅλου ἐν Χριστῷ ζωήν τῶν πιστῶν καὶ κορυφοῦται διὰ τῆς συμμετοχῆς αὐτῶν εἰς τὴν θείαν λατρείαν καὶ ιδίᾳ εἰς τὸ μυστήριον τῆς Θείας Εὐχαριστίας.

4. Ἡ τεσσαρακονθήμερος νηστεία τοῦ Κυρίου κατέστη ὑπόδειγμα τῆς νηστείας τῶν πιστῶν, ἡ ὁποία ἐνεργοποιεῖ τὴν μετοχήν αὐτῶν εἰς τὴν ὑπακοήν τοῦ Κυρίου, ἵνα δι' αὐτῆς, «ὅ μὴ φυλάξαντες ἀποβεβλήκαμεν, φυλάξαντες ἀπολάβωμεν» (Γρηγορίου Θεολόγου, Λόγος ΜΕ', Εἰς τὸ Ἅγιον Πάσχα, 28. PG 36, 661C). Ἡ χριστοκεντρική κατανόησις τοῦ πνευματικοῦ χαρακτήρος τῆς νηστείας, ιδίᾳ τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, κανὼν εἰς τὴν καθ' ὅλου πατερικήν παράδοσιν, συγκεφαλαιοῦται χαρακτηριστικῶς ὑπό τοῦ ἀγίου Γρηγορίου τοῦ Παλαμᾶ: «Ἐάν οὕτω νηστεύῃς, οὐ μόνον συμπάσχων ἔσῃ καὶ συννεκρούμενος, ἀλλά καὶ συνανιστάμενος καὶ συμβασιλεύων Χριστῷ εἰς αἰώνας τούς ἀπεράντους· σύμφυτος γάρ γεγονώς διὰ τῆς τοιαύτης νηστείας τῷ ὄμοιώματι τοῦ θανάτου αὐτοῦ, καὶ τῆς ἀναστάσεως κοινωνός ἔσῃ καὶ τῆς ἐν αὐτῷ ζωῆς κληρονόμος» (Ομιλία ΙΓ', τῇ Ε΄ Κυριακῇ τῶν Νηστειῶν, PG 151, 161AB).
5. Κατά τὴν ὄρθοδοξον παράδοσιν, τὸ μέτρον τῆς πνευματικῆς τελειώσεως εἶναι τὸ 'μέτρον ἡλικίας τοῦ πληρώματος τοῦ Χριστοῦ' (Ἐφεσ. 4,13) καὶ ἔκαστος ὄφειλει, ἃν θέλῃ νά φθάσῃ εἰς αὐτό, νά ἀγωνισθῇ καὶ ὑψωθῇ ἀναλόγως. Ακριβῶς δὲ διά τοῦτο, ἡ ἀσκησίς καὶ ὁ πνευματικός ἀγών δὲν ἔχουν τέλος ἐν τῷ παρόντι βίῳ, ὥπως καὶ ἡ τελειότης τῶν τελείων. Πάντες καλοῦνται νά ἀνταποκρίνωνται, ὅση δύναμις αὐτοῖς, εἰς τὰς ἐπιταγὰς τοῦ ὄρθοδόξου ὑψηλοῦ μέτρου μέσην τὴν κατά χάριν θέωσιν. Καὶ αὐτοὶ, παρ' ὅτι πράττουν πάντα τὰ διατεταγμένα, οὐδέποτε ὑψηλοφρονοῦν, ἀλλ' ὄμολογοῦν ὅτι «δοῦλοι ἀχρεῖοί ἐσμεν, ὁ ὄφειλομεν ποιῆσαι πεποιήκαμεν» (Λουκ. 17,10). Πάντες ἔχουν – κατά τὴν ὄρθοδοξον περὶ πνευματικῆς ζωῆς ἀντίληψιν – χρέος νά μήν ἔγκαταλείπουν τὸν καλὸν τῆς νηστείας ἀγῶνα, ἀλλ' ἐν αὐτομεμψίᾳ καὶ συναισθήσει τῆς ταπεινότητος τῆς καταστάσεως αὐτῶν, νά ἐπαφίενται διὰ τὰς παραλείψεις των εἰς τὸ ἔλεος τοῦ Θεοῦ, καθ' ὅσον Ὁρθόδοξος πνευματική ζωή εἶναι ἀνεπίτευκτος χωρίς τὸν πνευματικὸν ἀγῶνα τῆς νηστείας.
6. Ἡ Ὁρθόδοξος Ἐκκλησία, ως φιλόστοργος μήτηρ, ὥρισε τά εἰς σωτηρίαν συμφέροντα καὶ προέταξε τοὺς ιερούς καιρούς τῆς νηστείας ώς θεοδώρητον «φυλακτήριον» τῆς καινῆς ἐν Χριστῷ ζωῆς τῶν πιστῶν κατά πάσης ἐπιβουλῆς τοῦ ἀλλοτρίου. Στοιχοῦσα τοῖς θείοις Πατράσι, φυλάσσει, ώς καὶ πρότερον, τὰ ιερά ἀποστολικά θεσπίσματα, τούς συνοδικούς κανόνας καὶ τὰς ιεράς παραδόσεις, προβάλλει πάντοτε τὰς ιεράς νηστείας ώς ἀρίστην ἐν τῇ ἀσκήσει τρίβον πνευματικῆς τελειώσεως καὶ σωτηρίας τῶν πιστῶν καὶ κηρύσσει τὴν ἀνάγκην τηρήσεως ὑπ' αὐτῶν τῶν τεταγμένων νηστειῶν τοῦ ἐνιαυτοῦ τοῦ Κυρίου, ἢτοι τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς, τῆς Τετάρτης καὶ τῆς Παρασκευῆς, αἵτινες μαρτυροῦνται ὑπὸ τῶν ιερῶν κανόνων, ώς καὶ τῶν νηστειῶν τῶν Χριστουγέννων, τῶν Ἅγιων Αποστόλων, τῆς Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου, καὶ τῶν μονοημέρων τῆς Ὑψώσεως τοῦ Τιμίου Σταυροῦ, τῆς παραμονῆς τῶν Θεοφανείων καὶ τῆς ἀποτομῆς τῆς τιμίας κεφαλῆς Ἰωάννου τοῦ Προδρόμου, πρός τούτοις δὲ καὶ πασῶν τῶν κατά ποιμαντικήν μέριμναν δριζομένων ἐκάστοτε νηστειῶν ἡ τῶν κατά τὴν προαιρεσιν τῶν πιστῶν τηρουμένων.
7. Ἡ Ἐκκλησία ὅμως ἔθετο ἄμα, κατά ποιμαντικήν διάκρισιν, καὶ ὅρια φιλανθρώπου οἰκονομίας τοῦ καθεστώτος τῆς νηστείας. Διὸ καὶ προέβλεψε τὴν δι' ἀσθένειαν τοῦ σώματος ἡ δι' ἀδήριτον ἀνάγκην ἡ καὶ διὰ τὴν χαλεπότητα τῶν καιρῶν ἀνάλογον ἐφαρμογὴν τῆς ἀρχῆς τῆς ἐκκλησιαστικῆς οἰκονομίας κατά τὴν ὑπεύθυνον κρίσιν καὶ ποιμαντικήν μέριμναν τοῦ σώματος τῶν ἐπισκόπων τῶν κατά τόπους Ἐκκλησιῶν.
8. Εἶναι γεγονός, ὅτι σήμερον πολλοί πιστοί δέν τηροῦν ἀπάσας τὰς περὶ νηστείας διατάξεις, εἴτε ἔξ διλιγωρίας εἴτε λόγω τῶν ὑπαρχουσῶν συνθηκῶν ζωῆς, οἰσιδήποτε κανόνων αὔται. Ἀπασαι ὅμως αἱ περιπτώσεις αὔται τῆς χαλαρώσεως τῶν περὶ νηστείας ιερῶν διατάξεων, εἴτε εἶναι γενικώτεραι, εἴτε ἀτομικαὶ, δέοντας τυχάνουν τῆς ποιμαντικῆς μερίμνης ἐκ μέρους τῆς Ἐκκλησίας, διότι ὁ Θεός «οὐ θέλει τὸν θάνατον τοῦ ἀμαρτωλοῦ ώς τὸ ἐπιστρέψαι καὶ ζῆν αὐτόν» (πρβλ. Ιεζ. 33,11), χωρίς ὅμως νά περιφρονήται ἡ ἀξία τῆς νηστείας. Ὁθεν διὰ τοὺς ἔχοντας δυσκολίαν εἰς τὴν τήρησιν τῶν ἰσχουσῶν περὶ νηστείας διατάξεων εἴτε ἐκ λόγων ἀτομικῶν (ἀσθένεια, στράτευσις, συνθῆκαι ἐργασίας κ.λπ.) εἴτε γενικωτέρων (εἰδικαὶ συνθῆκαι

έπικρατούσαι είς τινας χώρας άπό πλευρᾶς κλίματος, καθώς καὶ κοινωνικο-οίκονομικαὶ ιδιαιτερότηται τινῶν χωρῶν λ.χ. ἀδυναμία εύρέσεως νηστησίμων τροφῶν) ἐπαφίεται εἰς τὴν διάκρισιν τῶν κατὰ τόπους Ὁρθοδόξων Ἐκκλησιῶν νὰ καθορίσουν τὴν φιλάνθρωπον οίκονομίαν καὶ ἐπιείκειαν, ἀπαλύνουσαι, κατὰ τὰς εἰδικὰς ταύτας περιπτώσεις, τὸ τυχὸν «στύφον» τῶν ἱερῶν νηστειῶν. Πάντα δέ ταῦτα ἐντὸς τῶν πλαισίων τῶν ὡς ἄνω λεχθέντων καὶ ἐπὶ τῷ σκοπῷ νά μήν ἀτονήσῃ ποσῶς ὁ ἵερος θεσμός τῆς νηστείας. Ἡ φιλάνθρωπος αὕτη συγκατάβασις πρέπει νά ἀσκηθῇ ὑπὸ τῆς Ἐκκλησίας μετά πάσης φειδοῦς, ὅπωσδήποτε δὲ ἐπὶ τὸ ἐπιεικέστερον διά τάς νηστείας ἔκεινας, δι’ ἃς δὲν ὑπάρχει ὅμοιόμορφος πάντοτε καὶ εἰς ἀπάσας τάς περιπτώσεις παράδοσις καὶ πρᾶξις ἐν τῇ Ἐκκλησίᾳ. «... Καλόν τὸ νηστεύειν πᾶσαν ἡμέραν, ἀλλ’ ὁ μή ἐσθίων τὸν ἐσθίοντα μή κρινέτω . Ἐν τοῖς τοιούτοις οὐ νομοθετεῖν, οὐ βιάζεσθαι, οὐκ ἀναγκαστικῶς ἄγειν τὸ ἐγχειρισθέν προσήκει ποίμνιον, πειθοῦ δὲ μᾶλλον, καὶ ἡπιότητι, καὶ λόγῳ ἄλατι ἥρτυμένῳ ..» (Ιωάννου Δαμασκηνοῦ, *Περὶ τῶν ἀγίων νηστειῶν*, 3. PG 95, 68 B).

9. Ωσαύτως, δόφείλει τὸ σύνολον τῶν πιστῶν τῆς Ἐκκλησίας νά τηρῇ τάς ἱεράς νηστείας καὶ τὴν ἀπό μεσονυκτίου ἀστίαν προκειμένου νά προσέρχηται τακτικῶς εἰς τὴν θείαν Μετάληψιν, ἦτις εἶναι ἡ κατ’ ἔξοχήν ἔκφρασις τῆς ἐκκλησιαστικῆς ὄντότητος, νά ἔθισθῇ δέ ὥστε νά νηστεύῃ εἰς ἔνδειξιν μετανοίας, εἰς ἐκπλήρωσιν πνευματικῆς ὑποσχέσεως, πρός ἐπίτευξιν ἱεροῦ τίνος σκοποῦ, εἰς καιρούς πειρασμοῦ, ἐν συνδυασμῷ πρός αἴτήματα αὐτοῦ παρά τοῦ Θεοῦ, πρό τοῦ βαπτίσματος (διά τούς προσερχομέένους εἰς τὸ βάπτισμα ἐνηλίκους), πρό τῆς χειροτονίας, εἰς περιπτώσεις ἐπιτιμίων, κατά τάς ἱεράς ἀποδημίας καὶ εἰς ἄλλας παρομοίας περιστάσεις.

Σαμπεζύ, 16 Οκτωβρίου 2015

† Ο Γαλλίας Εμμανουήλ, Προεστώς

† Ο Καλῆς Ελπίδος Σέργιος

† Ο Μητροπολίτης Δαμασκηνός (Πατριαρχεῖον Άντιοχείας)

† Ο Καπιτωλιάδος Ησύχιος

† Ο Βολοκολάμσκ Ιλαρίων

† Ο Μαυροβουνίου Αμφιλόχιος

† Ο Τιργκοβιστίου Νήφων

† Ο Βάρνης Ιωάννης

† Ο Ζουκδίδι καὶ Τσαΐσι Γεράσιμος

† Ο Πάφου Γεώργιος

† Ο Περιστερίου Χρυσόστομος

† Ο Σιεμιατίτσε Γεώργιος

† Ο Κορυτσᾶς Ιωάννης

† Ο Μιχαλόβτσε Γεώργιος

† Ο Έλβετίας Ιερεμίας, Γραμματεύς ἐπὶ τῆς Προπαρασκευῆς  
τῆς Ἅγιας καὶ Μεγάλης Συνόδου