

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΑΣ

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ Θ. ΒΛΕΤΣΗ

A.M: 1101106

**Η ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΘΕΣΜΟΥ ΤΗΣ
ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΣΤΗΝ
ΟΡΘΟΔΟΞΗ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΕΚΚΛΗΣΙΑ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

που υποβλήθηκε στο Τμήμα

Ιστορίας

Αρχαιολογίας Κοινωνικής Ανθρωπολογίας

του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Επόπτες καθηγητές : Σταύρος Περεντίδης

Πάρις Γουναρίδης

ΒΟΛΟΣ 2006



**ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΒΙΒΛΙΟΘΗΚΗ & ΚΕΝΤΡΟ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ
ΕΙΔΙΚΗ ΣΥΛΛΟΓΗ «ΓΚΡΙΖΑ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ»**

Αριθ. Εισ.: 4880/1
Ημερ. Εισ.: 12-09-2007
Δωρεά: Συγγραφέα
Ταξιθετικός Κωδικός: ΠΤ – ΙΑΚΑ
2006
ΒΛΕ

**Η ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΘΕΣΜΟΥ ΤΗΣ
ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΣΤΗΝ
ΟΡΘΟΔΟΞΗ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΕΚΚΛΗΣΙΑ**

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΑΣ ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ ΑΝΘΡΩΠΟΛΟΓΙΑΣ

ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ Θ. ΒΛΕΤΣΗ

**Η ΔΙΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΘΕΣΜΟΥ ΤΗΣ
ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΣΤΗΝ
ΟΡΘΟΔΟΞΗ ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ ΕΚΚΛΗΣΙΑ**

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

που υποβλήθηκε στο Τμήμα

Ιστορίας

Αρχαιολογίας Κοινωνικής Ανθρωπολογίας

του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας

Επόπτες καθηγητές : Σταύρος Περεντίδης

Πάρις Γουναρίδης

ΒΟΛΟΣ 2006

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	6
ΒΡΑΧΥΓΡΑΦΙΕΣ.....	7
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	8
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄	
ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΠΕΡΙ ΝΗΣΤΕΙΑΣ	
1. Η νηστεία στην αρχαιότητα.....	10
2. Η νηστεία στην Παλαιά Διαθήκη.....	12
3. Η νηστεία στην Καινή Διαθήκη.....	15
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β΄	
ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΕΩΣ ΤΟΝ Θ΄ ΑΙΩΝΑ	
1. Νηστεία Μεγάλης Τεσσαρακοστής.....	20
2. Νηστεία Τετάρτης και Παρασκευής.....	26
3. Νηστεία Χριστουγέννων.....	27
4. Νηστεία αγίων Αποστόλων.....	29
5. Νηστεία Κοίμησης της Θεοτόκου.....	30
ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ΄	
Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΜΕΤΑ ΤΟΝ Θ΄ ΑΙΩΝΑ	
1. Μοναχισμός και νηστεία.....	32
2. Νηστεία Μεγάλης Τεσσαρακοστής.....	34
3. Νηστεία Τετάρτης και Παρασκευής.....	37
4. Νηστεία «μικρών τεσσαρακοστών».....	38
4.1. Νηστεία Χριστουγέννων – Νηστεία αγίων Αποστόλων.....	39
4.2. Νηστεία Κοίμησης της Θεοτόκου.....	42
4.3. Γενική επικράτηση της νηστείας των «μικρών τεσσαρακοστών».....	47

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....49

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....50

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η προβληματική για το θέμα της νηστείας είναι μεγάλη και είναι αυτή που στάθηκε αφορμή για την ενασχόλησή μου με το συγκεκριμένο θέμα. Με ιδιαίτερο ενδιαφέρον επιχειρήθηκε η αναζήτηση και καταγραφή των ιστορικών πηγών που προσδιορίζουν την ιστορική εξέλιξη της νηστείας μέσα στους αιώνες. Προς αυτή την κατεύθυνση απαιτήθηκε προσεκτική μελέτη των πηγών της κάθε περιόδου που εξετάστηκε.

Μελετώντας διάφορες πτυχές της εξελικτικής πορείας του θεσμού της νηστείας ωφελήθηκα σε προσωπικό επίπεδο προσπαθώντας να κατανοήσω το βαθύτερο νόημα της πρακτικής της νηστείας. Άλλωστε, το προσωπικό όφελος από κάθε πνευματική εργασία είναι αναντικατάστατο και είναι αρκετό για να αντισταθμίσει κάθε μορφής κόπο.

Από τη θέση αυτή επιθυμώ να εκφράσω ευχαριστίες προς τους δύο σύμβουλους και επόπτες της πτυχιακής μου εργασίας, καθηγητή κ. Σταύρο Περεντίδη και αν. καθηγητή Πάρι Γουναρίδη. Τέλος, ευχαριστίες οφείλω στην αδελφή μου Ελένη για τις κάθε είδους φιλολογικές και φιλικές παρατηρήσεις της.

Βόλος
Ιούνιος 2006

Ευαγγελία Θ. Βλέτση

ΒΡΑΧΥΓΡΑΦΙΕΣ

A.Π.Θ. ΒΕΠΕΣ	Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης Βιβλιοθήκη Ελλήνων Πατέρων και Εκκλησιαστικών Συγγραφέων
BHH	Biblisch- Historisches Handwörterbuch
EKITE	Evangelisches Kirchenlexikon Internationale Theologische
EO	Echos d' Orient
IDB	The Interpreter's Dictionary of the Bible
LThK	Lexikon für Theologie und Kirche
MEE	Μεγάλη Ελληνική Εγκυκλοπαίδεια
OCA	Orientalia Christiana Periodica
PG	J.-P. Migne, Patrologiae cursus completus. Series Graecae.
RACH	Reallexikon für Antike und Christentum
REB	Revue d' Etudes Byzantines
RGG	Die Religion in Geschichte und Gegenwart
RVV	Religionsgeschichte Versuche und Vorarbeiten
Σύνταγμα	Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, Σύνταγμα τῶν θεῶν καὶ ἱερῶν κανόνων τῶν τε ἁγίων καὶ πανευφήμων Ἀποστόλων καὶ τῶν ἱερῶν Οἰκουμενικῶν Συνόδων καὶ τῶν κατὰ μέρος ἁγίων Πατέρων ἐκδοθὲν σὺν πλείσταις ἄλλαις τὴν ἐκκλησιαστικὴν κατάστασιν διεπούσαις διατάξεσι μετὰ τῶν ἀρχαίων ἐξηγητῶν καὶ διαφορῶν ἀναγνωσμάτων
ThWNT	Theologisches Worterbuch zum Neuen Testament
TRE	Theologische Realenzyklopädie
ΘΗΕ	Θρησκευτική και Ηθική Εγκυκλοπαίδεια

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η παρουσίαση του θεσμού της νηστείας βάσει των καταγεγραμμένων πηγών της χρονικής περιόδου από τους πρώτους μεταχριστιανικούς αιώνες μέχρι και τον 17^ο μ.Χ. αιώνα αποτελεί το κεντρικό θέμα που πραγματεύεται η παρούσα εργασία. Αφορά, κυρίως, τη νηστεία που διαμορφώθηκε στους κόλπους της χριστιανικής Εκκλησίας της Ανατολής, οπότε και αποτελεί καθιερωμένη πρακτική των χριστιανών της περιόδου που εξετάζεται. Η εργασία διαιρείται σε επιμέρους κεφάλαια, προκειμένου να δοθεί έμφαση στην εξέλιξή της κατά τη διάρκεια των αιώνων και τις επιρροές που αυτή δέχτηκε. Ειδικότερα, η εργασία διαρθρώνεται σε τρία κεφάλαια.

Το α' κεφάλαιο έχει εισαγωγικό χαρακτήρα. Σε αυτό γίνεται μια γενική αναφορά στη νηστεία όπως αυτή εφαρμόστηκε κατά την αρχαιότητα από τους Αιγυπτίους, Έλληνες και Ρωμαίους. Στη συνέχεια αναφέρονται βασικές μαρτυρίες της νηστείας που εντοπίζονται τόσο στα βιβλία της Παλαιάς, όσο και της Καινής Διαθήκης

Στο β' κεφάλαιο επιχειρείται μια ιστορική αναδρομή του θεσμού της νηστείας από τους χρόνους της ύστερης αρχαιότητας μέχρι και τον 8^ο αιώνα με σκοπό να διαφανεί η εξελικτική πορεία της νηστείας με βάση τις πηγές κάθε εποχής. Τον κύριο όγκο του κεφαλαίου καταλαμβάνει η ιστορική καταγραφή της νηστείας της Μ. Τεσσαρακοστής, η οποία έχει αποστολική προέλευση μαζί με τις νηστείες των ημερών της Τετάρτης και της Παρασκευής όλου του έτους. Με συντομία καταγράφονται και οι ρίζες των «μικρών τεσσαρακοστών» των Χριστουγέννων, των αγίων Αποστόλων και της Κοίμησης της Θεοτόκου, ώστε σε επόμενο κεφάλαιο να γίνει εκτενέστερη αναφορά σε αυτές.

Στο γ' κεφάλαιο πραγματοποιείται η παρουσίαση του θεσμού της νηστείας, όπως αυτός εμφανίζεται στις διασωθείσες ιστορικές πηγές του 9^{ου}-17^{ου} αιώνα. Σε αυτό το κεφάλαιο παρουσιάζονται οι νέες συνθήκες μετά την

περίοδο της εικονομαχίας, οι οποίες επηρεάζουν άμεσα την πρακτική της νηστείας και συνίστανται στην άνθιση του μοναχισμού και στην ακόλουθη επίδρασή του στις διατροφικές συνήθειες που υιοθετήθηκαν τόσο από τους μοναχούς, όσο και από τους λαϊκούς. Αυτή την περίοδο αναπτύσσεται και η τάξη των λεγομένων «μικρών τεσσαρακοστών» την οποία και καταγράφουμε.

Η παρούσα εργασία κλείνει με τα κύρια συμπεράσματα που προκύπτουν από την όλη μας ενασχόληση με το θέμα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Α΄

ΕΙΣΑΓΩΓΙΚΑ ΠΕΡΙ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

1. Η νηστεία στην αρχαιότητα

Η λέξη νηστεία είναι σύνθετη και προέρχεται από το αρνητικό μόριο -νη και το ρήμα της αρχαίας ελληνικής γλώσσας «ἐσθίω». Σημαίνει την πλήρη αποχή από κάθε τροφή, την ασιτία¹, και η πρώτη εξέλιξη της λέξης ήταν το επίθετο «νήστις», το οποίο χαρακτηρίζει τον άνθρωπο που δεν έχει φάει τίποτα². Παράλληλα, η λέξη λαμβάνει και άλλες έννοιες και σημαίνει επιπλέον τη συνειδητή πράξη της αποχής από συγκεκριμένες τροφές³ και την άσκηση στην εγκράτεια⁴.

Η νηστεία στην αρχαιότητα εκφράζει τη θλίψη και το πένθος για το θάνατο και συνάμα αφορά σε πράξη μετάνοιας, κάθαρσης, αίτησης άνωθεν βοήθειας και προπαρασκευής μεγάλων θρησκευτικών τελετών⁵. Στις παγανιστικές θρησκείες της αρχαιότητας η αποχή από ορισμένες «απαγορευμένες» τροφές συνδέεται με το φόβο απέναντι στους δαίμονες και συνοδεύει τελετές μαγείας⁶.

Η νηστεία ως μυστηριακός θεσμός απαντάται στους αρχαίους λαούς των Αιγυπτίων, οι οποίοι νήστευαν κατά τις γιορτές της Ίσιδος, του

¹ Βλ. J. Behm, «Νήστις, νηστεύω, νηστεία», *ThWNT* 4 (1933) 924-925. P. Gerlitz, «Fasten/Fasttage b», *TRE* 11 (1983) 42-43. Anselm Grün, «Fasten», *EKITE* 1 (1986) 1274.

² Βλ. R. Arbesmann, «Das Fasten bei den Griechen und Römern», *RVV* 21 (1929) 4. Σ. Δ. Ιωσηφίδη, *Διατύπωσης τῶν Νηστειῶν ἀπὸ ἱστορικῆς καὶ κανονικῆς ἐπόψεως*, έκδ. Πατριαρχικού τυπογραφείου, Κωνσταντινούπολις 1909, σ. 1.

³ Βλ. Σπ. Μακρή, «Νηστεία», *ΘHE* 9 (1966) 448. R. Arbesmann, «Fasten», *RCh* 7 (1969) 449. L. H. Silberman, «Fasten», *BHH* 1 (1962) 465.

⁴ Βλ. R. Arbesmann, «Fasten», *RCh* 7 (1969) 451.

⁵ Βλ. T. Willi, «Fasten/Fasttage», *NBL* 1 (1991) 660. M. Vereno, «Fasten», *LThK* 4 (1960) 32. H. Jr. Guthrie, «Fast, Fasting», *IDB* 2 (1962) 242.

⁶ Βλ. P. Gerlitz, «Fasten/Fasttage b», *TRE* 11 (1983) 42.

Σεραπίωνος και της Οσίριδος, καθώς επίσης και στους αρχαίους Έλληνες⁷. Συγκεκριμένα, οι αρχαίοι Αθηναίοι νήστευαν στις γιορτές των Θεσμοφορίων και των Ελευσίνιων Μυστηρίων. Τα Θεσμοφόρια γιορτάζονταν προς τιμή της θεάς Δήμητρας και προήλθαν από τη μεταφορά της λατρείας της θεάς Ίσιδος της Αιγύπτου. Η τρίτη ημέρα της γιορτής κατείχε ξεχωριστή σημασία και αποτελούσε ημέρα πένθους και γενικής ασιτίας⁸. Τα Ελευσίνια Μυστήρια τελούνταν, επίσης, προς τιμή της θεάς Δήμητρας, διαρκούσαν εννέα ημέρες και συστατικό τους ήταν η νηστεία υπό τη μορφή της μερικής αποχής από συγκεκριμένες τροφές, καθώς και της πλήρους ασιτίας⁹. Οι Λακεδαιμόνιοι διέταζαν γενική νηστεία πριν από σοβαρούς πολέμους¹⁰. Ιδιότυπη νηστεία είχαν καθιερώσει οι θρησκευτικές και φιλοσοφικές οργανώσεις των Ορφικών και Πυθαγορείων¹¹. Ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα είναι η ασκητική διδασκαλία του Πυθαγόρα, η οποία απαγορεύει την κρεοφαγία, για να αποφύγει η ψυχή τον κίνδυνο να προτιμήσει τη μετενσάρκωσή της στη γη σε ένα οποιοδήποτε ζώο¹². Οι Ρωμαίοι, τέλος, τηρούσαν ορισμένες νηστείες προς τιμή των Θεών Δήμητρας και Δία¹³.

Η κοινή αντίληψη όλων αυτών των λαών είναι ότι η νηστεία αποτελεί μέσο εξιλασμού και καθαρισμού για να επιτύχουν τον ηθικό εξαγνισμό και την προσέγγιση του Θείου.

⁷ Βλ. F. Bammel, «Fasten», *RGG* 2 (1958) 881. Ανωνύμου, «Νηστεία», *Νεώτερον Εγκυκλοπαιδικόν Λεξικόν*, τ. 14, έκδ. εγκυκλοπαιδική επιθεώρηση «Ηλίου», Αθήναι α.χ., σ. 421. Δ. Βατάλη, «νηστεία», *MEE* 18 (1957) 263.

⁸ Βλ. Γ. Δ. Καψάλη, «Θεσμοφόρια», *MEE* 12 (1957) 591. Ζ. Ρίσπεν, *Μεγάλη Ελληνική Μυθολογία*, μτφρ. Κοσμά Πολίτη, τ. 2, έκδ. οίκος «Αυλόφ», σ. 31.

⁹ Βλ. Γ. Ι. Καρβέλα, «Τα Ελευσίνια Μυστήρια», *MEE* 9 (1957) 940. Δ. Γουδή, *Τά μυστήρια της Ελευσίνας*, έκδ. «Δημιουργία», Αθήνα 1990.

¹⁰ Βλ. Σπ. Μακρή, «Νηστεία», *ΘΗΕ* 9 (1966) 448.

¹¹ Βλ. Θεοδώρου Ζήση, *Εισαγωγή στον Πλάτωνα*, έκδ. Αδελφών Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη 1989, σ. 16-31.

¹² Βλ. Ν. Ματσούκα, *Ιστορία της Φιλοσοφίας*, έκδ. Π. Πουρναρά, Θεσσαλονίκη 1981, σ. 116.

¹³ Βλ. Σπ. Μακρή, «Νηστεία», *ΘΗΕ* 9 (1966) 448.

Η νηστεία από υγιεινή άποψη είχε πάντοτε ευνοϊκή επίδραση σε όλους τους λαούς¹⁴. Η ιατρική στην αρχαιότητα ήταν κάτω από την προστασία του Θεού Ασκληπιού. Τα Ασκληπιεία ήταν θρησκευτικά κέντρα θεραπείας όσων έπασχαν σωματικά και ψυχικά. Η νηστεία προτεινόταν κατεξοχήν από τους ιερείς ως θεραπευτικό και προληπτικό μέσο των παραπάνω ασθενειών¹⁵. Ένα αρχαίο ρητό λέει «παχεΐα γαστήρ ου ψιλόν τίκτει νόον» και ο Πλούταρχος κάνει τον ακόλουθο συνειρμό: Τα πιθάρια όσο πιο άδεια είναι τόσο πιο δυνατό και καθαρό ήχο κάνουν. Όταν όμως παραγεμίζουν, χάνουν την ηχητική τους ιδιότητα. Κατά τον ίδιο τρόπο και το σώμα όταν απαλλάσσεται από το βάρος της υπερβολικής τροφής δίνει το δικαίωμα στην ψυχή να αναπτυχθεί λογικά και συναισθηματικά.

2. Η νηστεία στην Παλαιά Διαθήκη

Στους χρόνους της Παλαιάς Διαθήκης η νηστεία θεωρείται ως πράξη ευάρεστη στο Θεό. Αποτελεί την έκφραση της εσωτερικής στροφής του ανθρώπου προς το Θεό και συνάμα αποκαλύπτει τη συντριβή και τη μετάνοια του αμαρτωλού ανθρώπου. Η μοναδική εντεταλμένη από το μωσαϊκό νόμο ιουδαϊκή νηστεία είναι η ετήσια εθνική νηστεία διάρκειας μιας ημέρας, την οποία διέταξε ο Μωσής σε ένδειξη ταπείνωσης κατά την γιορτή του εξιλασμού¹⁶. Μετά την αιχμαλωσία προστίθενται πολλές τακτές, θεσμικές, νηστείες και έκτακτες ή ιδιωτικές νηστείες κατά τη διάρκεια του έτους¹⁷. Οι ακόλουθες αποτελούν και τις σημαντικότερες νηστείες των Ιουδαίων:

¹⁴ Βλ. Δ. Βατάλη, «νηστεία», *MEE* 18 (1957) 264.

¹⁵ Βλ. R. Arbesmann, «Fasten», *RACH* 7 (1969) 467-471.

¹⁶ *Λευιτ.* 16, 29,31· 23, 27-23. *Αρ.* 29, 7.

¹⁷ Βλ. J. Behm, «Νήστις, νηστεύω, νηστεία», *ThWNT* 4 (1933) 927-931. H. Jr. Guthrie, «Fast, Fasting», *IDB* 2 (1962) 242-243. K. Δυοβουνιώτου, «Νηστεία», *MEE* 18 (1957) 264. Δημητρίου Βακάρου, «Η θεολογία της νηστείας», *Γρηγόριος ο Παλαμάς* 72 (1989) 353-355. Συμεών Κούτσα, *Η νηστεία της Εκκλησίας*, έκδ. Αποστολική Διακονία, Αθήνα ⁵1995, σ. 9-15.

α) Τακτές νηστείες

Η ενότητα του μεταιχμαλωσιακού ιουδαϊσμού σε μια λατρευτική κοινότητα με κέντρο το ναό των Ιεροσολύμων οδήγησε στην καθιέρωση της γενικής τήρησης ορισμένων νηστειών. Εκτός από τη νηστεία του εξιλασμού ο ιουδαϊκός λαός πρόσθεσε και νέες νηστείες σε ανάμνηση μεγάλων θρησκευτικών και εθνικών γεγονότων που συνδέονται κυρίως με συμφορές. Στις εντεταλμένες από το νόμο νηστείες συγκαταλέγονται οι νηστείες:

α) της 17^{ης} ημέρας του μηνός Θαμμούς, σε ανάμνηση της άλωσης της Ιερουσαλήμ από τους Βαβυλώνιους και της καταστροφής των τειχών της¹⁸.

β) της 9^{ης} ημέρας του μηνός Άβ, σε ανάμνηση της πυρπόλησης και καταστροφής του ναού του Σολομώντος¹⁹.

γ) της 3^{ης} ημέρας του μηνός Τισρί, σε ανάμνηση της δολοφονίας του διοικητή της Ιουδαίας Γολοδία από τον Ισμαήλ²⁰.

δ) της 10^{ης} ημέρας του μηνός Τεβέθ, σε ανάμνηση της έναρξης της πολιορκίας της Ιερουσαλήμ από τους Βαβυλώνιους²¹.

β) Έκτακτες νηστείες

Οι αυθόρμητες νηστείες εξαιτίας αναπάντεχων δοκιμασιών αποτελούν έκφραση ικεσίας προς το Θεό για βοήθεια σε περιόδους ανάγκης. Η νηστεία των Ισραηλιτών για τον απρόσμενο θάνατο του βασιλιά τους Σαούλ²², καθώς και η νηστεία της εποχής των Κριτών για τη σφαγή χιλιάδων Ισραηλιτών από τους υιούς Βενιαμίν²³ ανήκουν σε αυτή την κατηγορία. Σημαντική είναι, επίσης, η νηστεία όλων των κατοίκων της πόλης Νινευή με σκοπό την ανάκληση της απόφασης του Θεού να τους καταστρέψει²⁴. Συχνή είναι η

¹⁸ Δ' Βασιλ. 24, 1-25, 22. Β' Παραλ. 36, 1-23. Ιερ. 52, 4.

¹⁹ Β' Παραλ. 36, 19. Ζαχ. 7, 3.

²⁰ Δ' Βασιλ. 25, 25. Ιερ. 41, 1.

²¹ Δ' Βασιλ. 25, 10. Ζαχ. 8, 19.

²² Α' Βασιλ. 31, 13.

²³ Κριτ. 20, 26.

²⁴ Ιων. 3, 3-5.

τήρηση της ιδιωτικής νηστείας από μεμονωμένα πρόσωπα της Παλαιάς Διαθήκης, τα οποία παρακινούνται από λόγους απλής ευσέβειας ή επιθυμίας εκδήλωσης της ταπείνωσης και μετάνοιάς τους, προκειμένου να ελκύσουν το θείο έλεος. Ο Μωυσής εξαγνίζει τον εαυτό του με απόλυτη νηστεία σαράντα ημερών στο βουνό Σινά, πριν παραλάβει την πλάκα με τις δέκα εντολές²⁵. Αυτόβουλη ατομική νηστεία είναι αυτή στην οποία υποβάλλει τον εαυτό του ο προφήτης Ηλίας πηγαίνοντας στο όρος Χωρήβ και όντας κυνηγημένος από τις επιβουλές της Ιεζάβελ²⁶. Επιπλέον, ο προφήτης Δανιήλ νηστεύει «πενθῶν τρεῖς ἑβδομάδας», ώστε να προετοιμαστεί για να δεχθεί τα οράματα του Θεού²⁷.

Ωστόσο, ο ιουδαϊκός λαός παραμένει προσκολλημένος στις τελετουργικές διατάξεις του Μωσαϊκού Νόμου. Η παραπάνω πραγματικότητα καυτηριάζεται έντονα από τους προφήτες της Π. Διαθήκης, οι οποίοι εξαίρουν τη σημασία της νηστείας και τονίζουν την ανάγκη να αποτελεί αυτή έκφραση ειλικρινούς μετάνοιας. Ο κίνδυνος της τυποποίησης της νηστείας επισημαίνεται και κατακρίνεται ιδιαίτερα από τον προφήτη Ησαΐα, ο οποίος προβάλλει το χαρακτήρα της αληθούς νηστείας με τους λόγους: «Οὐχὶ τοιαύτην νηστείαν ἐξελεξάμην, λέγει Κύριος. Ἄλλὰ λῦε πάντα σύνδεσμον ἀδικίας, διάλυε στραγγαλιᾶς βιαίων συναλλαγμάτων, ἀπόστειλε τεθραυσμένους ἐν ἀφέσει, καὶ πᾶσαν σοῦ συγγραφὴν ἄδικον διάσπα. Διάθρουπτε πεινῶντι τὸν ἄρτον σου, καὶ πτωχοὺς ἀστέγους εἰσάγαγε εἰς τὸν οἶκόν σου... Τότε βοήση καὶ ὁ Θεὸς εἰσακούσεται σοῦ... Καὶ ἔσται ὁ Θεός σου μετὰ σοῦ διὰ παντὸς»²⁸. Είναι χαρακτηριστικό ότι ήδη από την Π. Διαθήκη και μάλιστα από τους προφήτες καθορίζεται η πραγματική έννοια της νηστείας. Αυτή συνίσταται όχι σε απλή αποχή από ορισμένες τροφές, αλλά σε πνευματική έξαρση, κατά την οποία οι βιολογικές ανάγκες και

²⁵ *Εξοδ.* 34, 28.

²⁶ *Γ' Βασιλ.* 19, 8-12.

²⁷ *Δαν.* 10, 2-3.

²⁸ *Ησ.* 58, 6-11.

προτεραιότητες χάνουν την πρωταρχική τους σημασία και τη θέση τους καταλαμβάνουν η επιθυμία για ένωση με το Θεό.

3. Η νηστεία στην Καινή Διαθήκη

Η μετάβαση από τους χρόνους της Παλαιάς Διαθήκης στους χρόνους της Καινής Διαθήκης σηματοδοτείται από την αλλαγή του πνεύματος μέσα στο οποίο διαμορφώνεται και αναπτύσσεται ο θεσμός της νηστείας. Ο νόμος της χάριτος αντικαθιστά τη σκιά του νόμου της Παλαιάς Διαθήκης και ό,τι διατύπωσε ο Μωυσής «ἐν Νόμου σκιά καὶ γράμματι» έρχεται ο Χριστός να το επικυρώσει και να το συμπληρώσει, γιατί, όπως ο ίδιος μας πληροφορεί: «Μὴ νομίσητε ὅτι ἦλθον κατάλυσαι τὸν Νόμον ἢ τοὺς Προφῆτας· οὐκ ἦλθον κατάλυσαι, ἀλλὰ πληρῶσαι»²⁹.

Επί των ημερών του Ιησού η νηστεία ακολουθώντας πιστά τις κατευθυντήριες γραμμές του Μωσαϊκού Νόμου θεωρούνταν από τους Ιουδαίους ως έκφραση πένθους και μετάνοιας και ως μέσο ηθικού εξαγνισμού. Εκείνη την εποχή νήστευαν οι Φαρισαίοι «δὶς τοῦ Σαββάτου»³⁰ σε ανάμνηση της ανάβασης και κατάβασης του Μωυσή από το όρος Σινά³¹. Η τάξη των Φαρισαίων είχε καταντήσει τη νηστεία μια απλή τυπολατρική πράξη συνήθειας, αποδεσμευμένη από κάθε ίχνος εσωτερικής ευλάβειας. Αυστηρή, επίσης, νηστεία διάρκειας πολλών ημερών τηρούσαν και οι Εσσαίοι, οι οποίοι ζούσαν μοναχικό και ασκητικό βίο στην έρημο, παρόμοιο με αυτόν των Θεραπευτών της Αιγύπτου. Δυστυχώς, όμως, η νηστεία τηρούνταν ως εξωτερικός τύπος λατρείας, αδυνατώντας να αποδεσμευτεί από την τυπολατρία και το φαρισαϊσμό³².

²⁹ *Ματθ.* 5, 17.

³⁰ *Λουκ.* 18, 12.

³¹ *Εξ.* 34, 24.

³² Βλ. Δ. Γεωργοπούλου, *Τὸ νόημα τῆς νηστείας κατὰ τὴν Ἀγίαν Γραφήν καὶ τοὺς Πατέρες τῆς Ἐκκλησίας*, Αθήναι 1964, σ. 10.

Ο Ιησούς τόσο με το προσωπικό του παράδειγμα, όσο και με τη διδασκαλία του μας υποδεικνύει την αξία της νηστείας, καθώς και τη θέση της στην «καινή» ζωή που εγκαινιάζει. Αξιοσημείωτο είναι πως ο ίδιος δεν ορίζει μια σταθερή και υποχρεωτική νηστεία, παρά τονίζει τον κίνδυνο παρέκκλισης και διαστροφής του σκοπού της³³. Ακολουθούν οι αγιογραφικές μαρτυρίες, οι σχετικές με τη νηστεία:

- Προτού εξέλθει στο δημόσιο έργο του ο Ιησούς Χριστός καταφεύγει στην έρημο και νηστεύει σαράντα ημέρες³⁴. Με το παράδειγμά του προβάλλει τη δύναμη της νηστείας ως μέσο καταπολέμησης του διαβόλου, όταν αυτή συνδυαστεί με την προσευχή. Γι' αυτό, και όταν πειράζεται από το διάβολο κατά την παραμονή του στην έρημο απαντά: «Ὑπαγε ὀπίσω μου, Σατανᾶ, ὅτι γέγραπται: Οὐκ ἐπ' ἄρτω μόνῳ ζήσεται ὁ ἄνθρωπος, ἀλλ' ἐν παντὶ ῥήματι ἐκπορευομένῳ διὰ στόματος Θεοῦ»³⁵.
- Στην επί του Ὁρους Ομιλία του ο Κύριος παρουσιάζει εκείνη τη νηστεία που είναι ευάρεστη στο Θεό. Συνάμα, στην ίδια ομιλία κατακρίνεται η νηστεία που γίνεται για την ανθρώπινη προβολή και αντιδιαστέλλεται η νέα δικαιοσύνη από τη φαρισαϊκή ευσέβεια με τους λόγους: «ὅταν δὲ νηστεύητε, μὴ γίνεσθε ὥσπερ οἱ ὑποκριταὶ σκυθρωποί...σὺ δὲ νηστεύων ἄλειψαι σοῦ τὴν κεφαλὴν καὶ τὸ πρόσωπόν σου νίψαι, ὅπως μὴ φανῆς τοῖς ἀνθρώποις νηστεύων»³⁶.
- Στην ερώτηση των μαθητῶν γιατί δεν μπόρεσαν να θεραπεύσουν τον σεληνιαζόμενο νέο απαντά ο Ιησούς: «Τοῦτο τὸ γένος ἐν οὐδενὶ δύναται ἐξελθεῖν, εἰ μὴ ἐν προσευχῇ καὶ νηστείᾳ»³⁷.
- Οι τρεις Ευαγγελιστές διασώζουν μια νέα διδασκαλία του Ιησού στο θέμα της νηστείας. Η απάντηση του Ιησού στην απορία των μαθητῶν «διατι

³³ Βλ. Μ. Σιώτου, «Ἐρμηνεία εἰς τὴν ἐπὶ τοῦ Ὁρους ὁμιλίαν», *Ορθόδοξος Επιστολία* 20 (1974) 66.

³⁴ *Ματθ.* 4, 1-2. *Λουκ.* 4, 2.

³⁵ *Ματθ.* 4, 4-5. *Λουκ.* 4, 4-5.

³⁶ *Ματθ.* 6, 16-18.

³⁷ *Μάρκ.* 9, 29.

ἡμεῖς καὶ οἱ Φαρισαῖοι νηστεύομεν πολλά, οἱ δὲ μαθηταὶ σοῦ οὐ νηστεύουσι» εἶναι πως δεν εἶναι δυνατό οἱ μαθητές του να νηστεύουν «ἐνῶ ὁ νυμφίος μετ' αὐτῶν ἐστίν»³⁸. Συνεχίζει ο Ἰησοῦς στην ἴδια περικοπή λέγοντας πως «ἐλεύσονται δὲ ἡμέραι ὅταν ἀπαρθῇ ἀπ' αὐτῶν ὁ νυμφίος, καὶ τότε νηστεύσουσιν ἐν ἐκείναις ταῖς ἡμέραις»³⁹, παρουσιάζοντας τον καθορισμένο χρόνο της νηστείας. Επομένως, η παρουσία του «νυμφίου» αποτελεί πηγή χαράς⁴⁰, ἐνῶ η ἀπουσία του συνδέεται με ἐκφραση πένθους. Δίνεται, ἐπίσης, μια ἄλλη προοπτικὴ στον τρόπο θεώρησης της χαράς και του πένθους. Ειδικότερα, η νηστεία της Καινῆς Διαθήκης ἀποτελεῖ προϊόν χαράς για την ἔλευση του Μεσσία σε ἀντιδιαστολή με την ἰουδαϊκὴ νηστεία, η οποία εκφράζει τὴ λύπη και τὸ πένθος κατὰ τὴν ἀναμονή της ἔλευσης του Μεσσία⁴¹. Ἡ ἀπάντηση του Ἰησοῦ ολοκληρώνεται με δύο χαρακτηριστικὲς ἀφηγήσεις, παρμένες ἀπὸ τὴν πραγματικότητα, οἱ οποίες ἔχουν ἓνα βαθύ συμβολισμό. Ἡ πρώτη ἀφήγηση ἀφορᾶ τὴν καθημερινή πράξη κατὰ τὴν οποία κανεὶς δεν μπαλῶνει ἓνα παλιό ρούχο με κομμάτι ἀπὸ καινούριο ὕφασμα, γιατί τὸ καινούριο και γερό μπάλωμα τραβάει τὸ παλιό ρούχο και ἔτσι τὸ σχίσιμο γίνεται μεγαλύτερο⁴². Ἡ δεύτερη ἀφήγηση ἀφορᾶ τὴν μη τοποθέτηση του καινούριου κρασιοῦ σε παλιὸς ἀσκός, γιατί με τὴ ζύμωση που υφίσταται τὸ καινούριο κρασί σπάει τοὺς παλιούς⁴³. Τὸ νόημα τῶν δύο παραπάνω ἀφηγήσεων σε σχέση με τὸ θέμα τῆς νηστείας εἶναι πως στὴ νέα ἐποχὴ που ἐγκαινιάζει ο Ἰησοῦς εἶναι ἀπαραίτητη μια γενικότερη ἀνακαίνιση τοῦ ἀνθρώπου και ἓνας καινούριος τρόπος ζωῆς, κατὰ τὸν ὁποῖο ἡ νηστεία δεν

³⁸ *Ματθ.* 9, 14-15. *Μάρκ.* 2, 18-20. *Λουκ.* 5, 33-35.

³⁹ *Ματθ.* 9, 15.

⁴⁰ Βλ. Π. Τρεμπέλα, *Υπόμνημα εἰς τὸ κατὰ Μάρκον Εὐαγγέλιον*, ἐκδ. «Ζωή», Θεσσαλονίκη 1951, σ. 52. Τοῦ ἰδίου, *Υπόμνημα εἰς τὸ κατὰ Λουκάν Εὐαγγέλιον*, ἐκδ. «Σωτήρ», Ἀθήναι 1972, σ. 119.

⁴¹ Βλ. Δημητρίου Βακάρου, «Ἡ θεολογία τῆς νηστείας», *Γρηγόριος ὁ Παλαμᾶς* 72 (1989) 357-359. Βασιλείου Μπακογιάννη, *Νηστεία βασίλισσα τῶν ἀρετῶν*, ἐκδ. «Θαβώρ», Πάτρα 2000, σ. 129-133.

⁴² *Λουκ.* 5, 36.

⁴³ *Λουκ.* 5, 37. *Ματθ.* 9, 17.

θα αποτελεί ένα νέο μάλωμα, αλλά θα αποτελεί έκφραση ζωής του «καινού» ανθρώπου.

- Συναφής με το θέμα της νηστείας είναι και η διδασκαλία του Ιησού για τα εισερχόμενα και τα εξερχόμενα του ανθρώπινου στόματος. Σύμφωνα με αυτήν δεν καθιστά ακάθαρτο τον άνθρωπο εκείνο που εισάγεται ως τροφή στο στόμα, αλλά εκείνο που βγαίνει από το στόμα· «οὐδέν ἐστιν ἔξωθεν τοῦ ἀνθρώπου εἰσπορευόμενον εἰς αὐτὸν ὃ δύναται αὐτὸν κοινῶσαι, ἀλλὰ τὰ ἐκπορευόμενα ἀπ’ αὐτοῦ ἐκεῖνά ἐστι τὰ κοινούντα τὸν ἄνθρωπον»⁴⁴. Η διαφοροποίηση δεν αφορά πλέον στις τροφές, αλλά επεκτείνεται στο χώρο των λεχθέντων και ὅσων πηγάζουν από την καρδιά και τον ἔσω ἄνθρωπο. Κατά την παραπάνω θεώρηση διευρύνονται τα ὅρια της νηστείας, προκειμένου να μην περιχαρακωθούν στο στενό επίπεδο των τροφῶν.
- Η Ανάληψη του Κυρίου στους Ουρανοὺς σηματοδοτεῖ και την έναρξη του καθορισμένου χρόνου της νηστείας, ὅποτε και το Ἅγιο Πνεῦμα «λειτουροῦντων αὐτῶν τῷ Κυρίῳ καὶ νηστευόντων εἶπε· Ἀφορίσατε δὴ μοι τὸν Βαρνάβαν καὶ Σαῦλον εἰς τὸ ἔργον ὃ προσκέκλημαι αὐτούς. Τότε νηστεύσαντες καὶ προσευξάμενοι καὶ ἐπιθέντες τὰς χεῖρας αὐτοῖς ἀπέλυσαν»⁴⁵. Επίσης, οἱ Απόστολοι στις Εκκλησίες της Λύστρας, του Ικονίου και της Αντιοχείας «χειροτονήσαντες αὐτοῖς κατ’ ἐκκλησίαν πρεσβυτέρους προσευξάμενοι μετὰ νηστειῶν παρέθεντο αὐτοὺς τῷ Κυρίῳ, εἰς ὃν πεπιστεύκεισαν»⁴⁶.
- Ο ἀπόστολος Παῦλος παρουσιάζεται ὡς θερμὸς υποστηρικτῆς του θεσμοῦ της νηστείας. Μετά τη μεταστροφή του στη χριστιανικὴ πίστη ασκεῖται σε τριήμερη αυστηρὴ νηστεία⁴⁷, ἐνῶ σε ἄλλο σημεῖο αναφέρει πὼς υπέστη τα

⁴⁴ Μάρκ. 7, 15-16.

⁴⁵ Πράξ. 13, 2.

⁴⁶ Πράξ. 14, 24. Πρβλ. καὶ Α΄ Κορ. 2, 5. Β΄ Κορ. 6, 5. 11, 27. Πράξ. 9, 9^ο 10, 49.

⁴⁷ Πράξ. 9, 9.

πάντα χάριν της αγάπης του Κυρίου «ἐν ἀγρουπνίαις πολλάκις, ἐν λιμῶ καὶ δίψει, ἐν νηστείαις πολλάκις, ἐν ψύχει καὶ γυμνότητι»⁴⁸.

- Διαφορετικό χαρακτήρα έχει η ακόλουθη διδασκαλία του Αποστόλου αναφορικά με την εκτίμηση του πραγματικού ρόλου της νηστείας. «Βρῶμα δὲ ἡμᾶς, οὐ μὴ παρίστησι τῷ Θεῷ οὔτε γὰρ ἐὰν φάγωμεν περισσεύομεν, οὔτε ἐὰν μὴ φάγωμεν ὑστερούμεθα.... Διόπερ εἰ βρῶμα σκανδαλίζει τὸν ἀδελφόν μου, οὐ μὴ φάγω κρέα εἰς τὸν αἰῶνα, ἵνα μὴ τὸν ἀδελφό μου σκανδαλίσω»⁴⁹. Σύμφωνα με το παραπάνω χωρίο η προάσπιση της ορθῆς συνείδησης και η αποφυγή του σκανδαλισμού του «ασθενούς» στην πίστη αδελφού αποτελεί προτεραιότητα έναντι της πιστῆς τήρησης του νόμου, γιατί πλέον πάνω από τη νηστεία τοποθετεῖται η αγάπη ἀπέναντι στο συνάνθρωπο⁵⁰.
- Η πραγματική διάσταση της νηστείας ως μέσου και όχι ως αυτοσκοπού της πνευματικῆς ζωῆς προσδιορίζεται με τον ευαγγελικό λόγο: «οὐ γάρ ἐστιν ἡ Βασιλεία τοῦ Θεοῦ βρώσις καὶ πόσις, ἀλλὰ δικαιοσύνη καὶ εἰρήνη καὶ χαρὰ ἐν Πνεύματι Ἁγίῳ» και «Μὴ οὖν τις ὑμᾶς κρινέτω ἐν βρώσει ἢ ἐν πόσει.... ἃ ἐστι σκιὰ τῶν μελλόντων, τὸ δὲ σῶμα τοῦ Χριστοῦ»⁵¹.

⁴⁸ Β΄ Κορ. 11, 27.

⁴⁹ Α΄ Κορ. 8, 8-13. Ρωμ. 14, 1-23. Κολ. 2, 16-17. Πρβλ. J. Holzner, Πάυλος, μτφρ. αρχιεπ. Ιερωνόμου, έκδ. «Η Δαμασκός», Ἀθήναι 1979, σ. 324.

⁵⁰ Βλ. Ιω. Παπαδοπούλου, «Βιολογική αξία και ηθική έννοια της νηστείας», *Εκκλησία* 40 (1963) 131.

⁵¹ Κολ. 2, 16-17.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Β΄

ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΕΩΣ ΤΟΝ Θ΄ μ. Χ. ΑΙΩΝΑ

1. Νηστεία Μ. Τεσσαρακοστής

Η πρώτη και αρχαιότερη νηστεία που εμφανίστηκε στα μετά Χριστόν χρόνια είναι αυτή που προηγείται της γιορτής του Πάσχα. Το χριστιανικό Πάσχα αρχικά συνεορταζόταν με το Πάσχα των Ιουδαίων, αλλά με την πάροδο του χρόνου σημειώθηκε διαφοροποίηση ως προς το χρόνο και τον λόγο εορτασμού του⁵². Η είσοδος των απερίτμητων εθνικών στην Εκκλησία έδωσε την αφορμή της διαμόρφωσης νέων αντιλήψεων για την γιορτή του Πάσχα, καθώς και για τη νηστεία που τη συνόδευε⁵³. Η Αποστολική σύνοδος των Ιεροσολύμων συνήλθε το έτος 50 μ.Χ. και αποφάσισε τα εξής: «Ἔδοξε τῷ Ἁγίῳ Πνεύματι καὶ ἡμῖν μηδὲν πλέον ἐπιτίθεσθαι ὑμῖν βάρος πλὴν τούτων τῶν ἐπάναγκες, ἀπέχεσθαι εἰδωλοθύτων καὶ αἵματος καὶ πνικτοῦ καὶ πορνείας, ἐξ ὧν διατηροῦντες ἑαυτοὺς εὖ πράξετε»⁵⁴. Βάσει της παραπάνω απόφασης καταργήθηκε ο νομικός χαρακτήρας των νηστειών, τη θέση τους έλαβε ο χριστιανικός και οι νηστείες άντλησαν το περιεχόμενό τους από τη ζωή και τη διδασκαλία του Ιησού. Αργότερα οι *Αποστολικές Διαταγές* συνέδεσαν την καθιέρωση της νηστείας του Πάσχα με τα λόγια του Κυρίου: «ὅταν ἀπαρθῆ ἀπ’ αὐτῶν ὁ νυμφίος, τότε νηστεύουσιν ἐν ἐκείναις ταῖς ἡμέραις»⁵⁵. Σχετικά αναφέρουν: «ἦρθη ἀφ’ ὑμῶν ὑπὸ τῶν

⁵² Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, έκδ. «Αστήρ», Ἀθήναι 1948, σ. 48, 99-103.

⁵³ Βλ. Β. Π. Στογιάννου, *Η Αποστολική Σύνοδος*, Θεσσαλονίκη 1973, σ.33.

⁵⁴ Πράξ. 14, 20.

⁵⁵ Μάρκ. 2, 20. Ματθ. 9, 15. Λουκ. 5, 35.

ψευδωνύμων Ἰουδαίων καὶ σταυρῶ προσεπάγη καὶ μετὰ ἀνόμων ἐλογίσθη. Διὸ παραινοῦμεν καὶ ὑμῖν νηστεύειν ταύτας...»⁵⁶.

Με την πάροδο του χρόνου η νηστεία δε συνδέεται τόσο με το πένθος για τη σταύρωση όσο με την προπαρασκευή για τον εορτασμό του Πάσχα⁵⁷. Κατά το πρώτο μισό του β' αιώνα αρχίζει να διαμορφώνεται η νηστίσιμη πριν το Πάσχα περίοδος, η οποία διαρκεί μία, δύο, περισσότερες ημέρες ή σαράντα ώρες, σύμφωνα και με τη μαρτυρία του Ειρηναίου⁵⁸ και σπερματικά αρχίζει να διαμορφώνεται η πριν το Πάσχα νηστίσιμη εβδομάδα, η κοινώς αποκαλούμενη Μεγάλη Εβδομάδα. Κατά τον γ' αιώνα δεν έχει ακόμα πλήρως καθοριστεί η πριν το Πάσχα νηστεία, αλλά ήδη από τα τέλη αυτού του αιώνα η νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής αποτελεί γνωστό θεσμό στην Εκκλησία⁵⁹.

Εξαρχής υπήρχε η διάκριση ανάμεσα στη νηστεία της Μ. Εβδομάδος και σε αυτήν της Μ. Τεσσαρακοστής. Η πριν το Πάσχα νηστεία αυξήθηκε σε νηστεία μίας εβδομάδος τουλάχιστον κατά το πρώτο μισό του γ' αιώνα, σύμφωνα και με τη μαρτυρία του Διονυσίου Αλεξανδρείας⁶⁰. Συγκεκριμένα, σε επιστολή του μας πληροφορεί για την ποικιλία της προπασχαλίου νηστείας, η οποία επεκτείνεται μέχρι και μία εβδομάδα⁶¹. Οι *Αποστολικές Διαταγές* ορίζουν ότι είναι «φυλακτέα ή νηστεία τῆς Τεσσαρακοστής, μνήμην περιέχουσα τῆς τοῦ Κυρίου πολιτείας τε καὶ νομοθεσίας. Ἐπιτελείσθω δὲ ἡ νηστεία αὕτη πρὸ τῆς νηστείας τοῦ Πάσχα, ἀρχομένη

⁵⁶ 5, 18 PG 1, 889A- 892A.

⁵⁷ Ευσεβίου Καισαρείας, *Περὶ τῆς τοῦ Πάσχα ἐορτῆς*, PG 24, 697C· «προπαρασκευῆς ἕνεκα τὴν τεσσαρακονθήμερον ἄσκησιν παραλαμβάνοντες». Βλ. και Α. Σ. Αλιβιζάτου, *Τὸ αἷτιον τῶν περὶ τοῦ Πάσχα ἐριδῶν*, Ἀθῆναι 1911, σ. 37-38.

⁵⁸ Ευσεβίου Καισαρείας, *Εκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, 5, 24, PG 20, 501A-504A· «οἱ μὲν οἰονται μίαν ἡμέραν δεῖν αὐτοὺς νηστεύειν, οἱ δὲ δύο, οἱ δὲ πλείονας, οἱ δὲ τεσσαράκοντα ὥρας ἡμερινὰς καὶ νυκτερινὰς μετροῦσι τὴν ἡμέραν αὐτῶν».

⁵⁹ Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, ἐκδ. «Αστὴρ», Ἀθῆναι 1948, σ. 106-107.

⁶⁰ Βλ. ὁ.π., σ. 106.

⁶¹ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 393.

μὲν ἀπὸ Δευτέρας, πληρουμένη δὲ εἰς Παρασκευὴν»⁶². Στην παραπάνω διάκριση των δύο νηστειῶν προβαίνει και ο Επιφάνιος Κύπρου λέγοντας: «τὴν δὲ Τεσσαρακοστὴν, τὴν πρὸ τῶν ἑπτὰ ἡμερῶν τοῦ ἁγίου Πάσχα, ὡσαύτως φυλάττειν εἴωθεν ἢ αὐτὴ Ἐκκλησία ἐν νηστείαις διατελοῦσα, τὰς δὲ Κυριακὰς οὐδ' ὅλως, οὔτε ἐν αὐτῇ τῇ Τεσσαρακοστῇ τὰς δὲ ἕξ ἡμέρας τοῦ Πάσχα ἐν ξηροφαγία διατελοῦσι πάντες οἱ λαοὶ»⁶³. Ωστόσο, ἡ διάκριση των δύο νηστειῶν εξαφανίστηκε προοδευτικά, για να αφομοιωθῶν τελικὰ στη μία πριν το Πάσχα νηστεία⁶⁴.

Εἶναι δύσκολο να καθοριστεῖ με ακρίβεια ο χρόνος εμφάνισης της Τεσσαρακοστῆς ὡς περιόδου νηστείας πριν το Πάσχα. Κατὰ τους χρόνους της Α' Οικουμενικῆς συνόδου ἔχει διαμορφωθεῖ ἡ νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστῆς, χωρὶς, ὡστόσο, να ἔχει παγιωθεῖ ἡ διάρκειά της⁶⁵. Ο ε' κανόνας της παραπάνω συνόδου πιστοποιεῖ τὴν καθιέρωσή της σε ολόκληρη τὴν Ἐκκλησία⁶⁶. Ο ὅρος «νηστεία τῆς Τεσσαρακοστῆς» αναφέρεται ἐπίσης στις *Αποστολικές Διαταγές*⁶⁷, ἐνῶ στον ξθ' κανόνα των Αποστόλων γίνεται λόγος για τὴν «ἁγία Τεσσαρακοστὴ τοῦ Πάσχα»⁶⁸.

Ἡ ελαστικότητα, που ἀφορὰ στο χρόνο και στη διάρκεια της νηστείας της Μ. Τεσσαρακοστῆς ἐφαρμόζεται και στον τρόπο της νηστείας, δηλαδή στο εἶδος της τροφῆς. Αρχικὰ δεν υπήρχε γραπτὴ διάταξη που να ορίζει τις επιτρεπόμενες προς κατάλυση τροφές⁶⁹. Σχετικὰ ἀναφέρει ο Ειρηναῖος: «οὐδὲ γὰρ μόνον περὶ τῆς ἡμέρας τοῦ Πάσχα ἐστὶν ἡ ἀμφισβήτησις,

⁶² 5, 13, PG 1, 860A-865A.

⁶³ *Λόγος περὶ πίστεως*, 22, PG 42, 828B.

⁶⁴ Βλ. Βλασίου Ιω. Φειδά, «Νηστεία», *Αναφορά εἰς μνήμην Μητροπολίτου Σάρδεων Μαξίμου 1914-1986*, *Ιερά Μητρόπολις Ἑλβετίας*, τ. Ε', Γενεὴ 1989, σ. 60.

⁶⁵ Βλ. Β. Στεφανίδη, *Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, ἐκδ. «Ἀστὴρ», Ἀθῆναι 1948, σ. 107.

⁶⁶ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Β', σ. 125.

⁶⁷ 5, 13, PG 1, 860A-861A.

⁶⁸ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Β', σ. 88.

⁶⁹ Σωκράτους, *Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, 5, 22, PG 67, 633· «καὶ ἐπειδὴ οὐδεὶς περὶ τούτου ἐγγράφον ἔχει δεῖξαι παράγγελμα, δῆλον ὡς καὶ περὶ τούτου τῇ ἐκάστου γνώμῃ καὶ προαιρέσει οἱ Ἀπόστολοι, ἵνα ἕκαστος μὴ φόβῳ, μηδὲ ἐξ ἀνάγκης τὸ ἀγαθὸν κατεργάζεταιτο».

ἀλλὰ καὶ περὶ τοῦ εἴδους αὐτοῦ τῆς νηστείας»⁷⁰. Με τις ζυμώσεις που υπέστη με την πάροδο του χρόνου η νηστεία ἐφθάσε να διακρίνεται σε: α) ασιτία β) ξηροφαγία και γ) αποχή ἀπὸ συγκεκριμένες τροφές.

Ἡ συνήθης νηστεία μεταξύ των πρώτων χριστιανῶν ἦταν ἡ ασιτία, δηλαδή ἡ πλήρης ἀποχή ἀπὸ τις τροφές. Ἡ παρατεταμένη ασιτία καθ' ὅλη τὴ διάρκεια τῆς νύχτας ἐπὶ τρεῖς ἡμέρες ὀνομάζεται «υπερθεση». Σχετικὰ ὁ Εἰρηναῖος μας πληροφορεῖ: «οἱ μὲν οἰονται μίαν ἡμέραν δεῖν αὐτοὺς νηστεύειν, οἱ δὲ δύο, οἱ δὲ πλείονας, οἱ δὲ τεσσαράκοντα ὥρας ἡμερινὰς καὶ νυκτερινὰς μετροῦσι τὴν ἡμέραν αὐτῶν»⁷¹. Σύμφωνα με τὰ παραπάνω ὀρίζεται ἡ πλήρης και τέλεια νηστεία που ξεκινᾷ ἀπὸ τὴν Παρασκευὴ και διαρκεῖ μέχρι τὴν ὥρα τῆς Ἀνάστασης. Οἱ *Αποστολικές Διαταγές* ἀναφέρουν σχετικὰ: «Τὴν μέντοι Παρασκευὴν καὶ τὸ Σάββατον ὀλόκληρον νηστεύσατε...μηδενὸς γευόμενοι μέχρις ἀλεκτροφωνίας νυκτὸς»⁷². Σύμφωνα και με τὸν πατριάρχη Ἀλεξανδρείας Διονύσιο: «...ἐλθόντες ἐπὶ τὰς τελευταίας δύο και μόνας ἡμέρας αὐτὰς ὑπεριθέντες τὴν τε Παρασκευὴν καὶ Σάββατον μέγα τε και λαμπρὸν ποιεῖν νομίζουσιν ἄν μέχρι τῆς ἑφ' διαμείνωσιν»⁷³. Μετριασμό τῆς νηστείας ἀποτελεῖ ὁ «στατίων» ἢ ἄλλως πὼς ἡ ἡμιασιτία, ὁπότε και ἡ νηστεία ἐλήγε τὴν ἐνάτη ὥρα (3^η μ.μ.). Ἡ λέξη «στατίων» λαμβάνεται ἀπὸ τὸν στρατιωτικὸ βίῳ και κατὰ τὸν Τερτυλλιανὸ σημαίνει φρουρά⁷⁴. Ὄνομάζεται ἡμινηστεία, ἐπειδὴ διαρκεῖ μέχρι τὴν θ', σε ἀντίθεση με τὴ μέχρι τῆς δύσης τοῦ ἡλίου ἐγκράτεια που προβλέπει ἡ ασιτία⁷⁵.

⁷⁰ Εὐσεβίου, *Εκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, 5, 24, PG 20, 500A.

⁷¹ Εὐσεβίου, *Εκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, 5, 24 PG 20, 501A-504A.

⁷² 5, 18 PG 1, 889A.

⁷³ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 4. Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, ἐκδ. «Ἀστήρ», Ἀθήναι 1948, σ. 105.

⁷⁴ *De oratione*, ἐκδ. Oehler, Lipsiae 1858, σ. 19.

⁷⁵ Τερτυλλιανού, *Ad uxorem*, τ. 1, ἐκδ. Oehler, Lipsiae 1858, σ. 688. Πρβλ. Εἰφτανίου, *Λόγος περὶ πίστεως*, 22, PG 42, 828C.

Αυστηρή μορφή νηστείας αποτελεί η ξηροφαγία, η οποία περιλαμβάνει «ἄρτων καὶ ἄλλι καὶ λαχάνοις καὶ τῷ ποτῷ ὕδατι»⁷⁶. Στον *Ποιμένα* του Ερμά αναφέρεται σχετικά: «Ἐν ἐκείνῃ τῇ ἡμέρᾳ νηστεύεις, μηδὲν γεύσῃ, εἰ μὴ ἄρτον καὶ ὕδωρ»⁷⁷. Στην ξηροφαγία επιτρέπονται οι φυτικές τροφές και προβλέπεται αποχή από τροφές εξ αίματος (κρέας-ψάρι), από τροφές ζωικής προέλευσης (γάλα-αυγά) και από κρασί. Ο Επιφάνιος Κύπρου επαναλαμβάνοντας τα γραφόμενα στις *Αποστολικές Διαταγές* αναφέρεται στη ξηροφαγία της Μ. Εβδομάδος, η οποία καταλύεται την εσπέρα με «ἄρτο, ἄλας καὶ ὕδωρ»⁷⁸. Επίσης ο ν' κανόνας της συνόδου της Λαοδικείας ορίζει ότι «δεῖ πᾶσαν τὴν τεσσαρακοστὴν νηστείαν ξηροφαγούντας»⁷⁹.

Μαρτυρία για την αποχή από συγκεκριμένες τροφές μας παρέχει ο εκκλησιαστικός ιστορικός Σωκράτης, ο οποίος αναφέρει: «ἐστὶ δὲ εὐρεῖν οὐ μόνον περὶ τὸν ἀριθμὸν τῶν νηστειῶν διαφωνοῦντες, ἀλλὰ καὶ τὴν ἀποχὴν τῶν ἐδεσμάτων οὐχ ὁμοίαν ποιουμένους. Οἱ μὲν γὰρ πάντῃ ἐμψύχων ἀπέχονται, οἱ δὲ τῶν ἐμψύχων ἰχθῦς μόνους μεταλαμβάνουσι, τινὲς δὲ σὺν τοῖς ἰχθύσι καὶ τῶν πτηνῶν ἀπογεύονται... Ἔτεροι δέ, ἄχρῃς ἐνάτης ὥρας νηστεύοντες, διάφορον ἔχουσι τὴν ἐστίασιν...»⁸⁰. Κατά δε τον Επιφάνιο Κύπρου παρατηρεῖται ἐπίσης μεγάλη ποικιλία στην αποχή από συγκεκριμένα εἶδη τροφῆς⁸¹. Αναμφίβολα, το κριτήριό που χρησιμοποιήθηκε στο διαχωρισμό των τροφῶν σε νησιτίσιμες ἢ μη υπήρξε ἡ θρεπτικὴ τους

⁷⁶ *Διαταγαὶ τῶν Ἀποστόλων*, 5, 18, PG 1, 889A. Πρβλ. Μάρκου Ερημίτη, *Περὶ νηστείας*, PG 65, 1112A: «Σταθμῶ τὸν ἄρτον ἐσθίειν, καὶ μέτρῳ τὸ ὕδωρ πίνειν, ἀπὸ καιροῦ εἰς καιρὸν».

⁷⁷ 54, PG 2, 960.

⁷⁸ *Λόγος περὶ πίστεως*, PG 42, 828C.

⁷⁹ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Γ', σ. 217.

⁸⁰ *Εκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, 5, 22, PG 67, 633AB.

⁸¹ *Λόγος περὶ πίστεως*, PG 42, 829B: «φημὶ δὲ τοῦ ἀπέχεσθαι κρεῶν πάντων, τετραπόδων τε καὶ ὀρνέων καὶ ἰχθύων, φῶν τε καὶ τυροῦ ...καὶ οἱ μὲν ἀπέχονται πάντων τούτων, οἱ δὲ τετραπόδων μόνων, λαμβάνουσι δὲ ὀρνέων καὶ τὰ μετέπειτα· ἕτεροι δὲ καὶ ὀρνέων ἀπέχονται, λαμβάνουσι δὲ φῶν καὶ ἰχθύων· ἕτεροι δὲ οὐδὲ φῶν λαμβάνουσι· ἄλλοι δὲ ἰχθύων ἀπέχονται, τυροῦ δὲ λαμβάνουσι· ἕτεροι δὲ οὐδὲ τυροῦ λαμβάνουσι. Ἦδη δὲ καὶ ἄλλοι ἄρτον ἀπέχονται, ἕτεροι δὲ καὶ ἀκροδρύων καὶ ἐψημάτων».

ικανότητα. Επομένως, η απλότητα και η λιτότητα υπήρξε ο απαραίτητος όρος για τον καθορισμό των νηστίσιμων τροφών.

Στα τέλη του ζ' και αρχές του η' αιώνα η νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής παρουσιάζει ολοκληρωμένη δομή. Τα τοπικά έθιμα αρχίζουν να εγκαταλείπονται, όπως επίσης αρχίζει να ατονεί η ποικιλία του αριθμού των νηστίσιμων ημερών της Μ. Τεσσαρακοστής. Ο Ιωάννης Δαμασκηνός είναι υπερασπιστής των σαράντα ημερών νηστείας, δηλαδή της Μ. Τεσσαρακοστής των οκτώ εβδομάδων. Σχετικά παρατηρεί: «Πῶς οὖν οἱ πέντε τῆς ἑβδομάδος νηστεύοντες τὸν ἀριθμὸν περανοῦμεν τῶν τεσσαράκοντα, εἰ μὴ τῶν ὀκτῶ ἑβδομάδων τὰς πέντε νηστεύσωμεν;»⁸². Την παράδοση αυτή ανάγει ο Δαμασκηνός στην αποστολική εποχή, αποδεχόμενος ταυτόχρονα και την επιρροή των Πατέρων της Εκκλησίας στην εξέλιξη και διαμόρφωσή της. Στη συνέχεια διακρίνει τη νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής ως προς τα είδη της τροφής σε: α) «μίαν προνήστιμον ἑβδομάδα» κατά την οποία «μόνον τῶν κρεῶν ἀποχή καὶ ἡ μέχρις ἑσπέρας νηστεία ἐπετελεῖτο», δηλαδή επιτρέπεται η κατάλυση τύρου, ψῶν καὶ ἰχθύων β) ἑξι εβδομάδες κατά τη διάρκεια των οποίων ισχύουν «ψῶν τε καὶ τυροῦ καὶ τῶν τοιούτων, μετὰ τῶν κρεῶν ἀποχαλὶ» και γ) την Μ. Εβδομάδα, κατά την οποία «ξηροφαγία νενομοθέτητο» από τη Δευτέρα μέχρι την Πέμπτη και πλήρης ασιτία από την Παρασκευή μέχρι την εσπέρα του Μ. Σαββάτου⁸³.

⁸² Περὶ τῶν ἀγίων νηστειῶν, PG 95, 68C –69A.

⁸³ Ο.π., PG 95, 69D.

2. Νηστεία Τετάρτης και Παρασκευής

Οι πρώτοι χριστιανοί τηρούσαν τις ιουδαϊκές νηστείες από σεβασμό απέναντι στην παράδοση, προσδίδοντας σε αυτές χριστιανικό περιεχόμενο. Με την πάροδο του χρόνου εισήχθησαν οι νηστείες της Τετάρτης και της Παρασκευής κατ' αναλογία προς τις ιουδαϊκές νηστείες της Δευτέρας και της Πέμπτης. Ορίστηκαν η Τετάρτη ως ημέρα νηστείας σε ανάμνηση της προδοσίας του Ιούδα και η Παρασκευή σε ανάμνηση του σταυρικού θανάτου του Κυρίου. Αυτή η διαφοροποίηση από τον ιουδαϊκό χρόνο της νηστείας συντελέστηκε μετά το τέλος του α' μ.Χ. αιώνα, σύμφωνα και με τη μαρτυρία του Κλήμεντος Ρώμης: «Τετράδα καὶ Παρασκευὴν προσέταξεν ἡμῖν νηστεύειν, τὴν μὲν διὰ τὴν προδοσίαν, τὴν δὲ διὰ τὸ Πάθος»⁸⁴. Πρώτη μαρτυρία επίσημης καθιέρωσης της νηστείας των ημερών της Τετάρτης και της Παρασκευής μας παρέχει η *Διδαχὴ τῶν Ἀποστόλων*⁸⁵. Σύμφωνα με τον Κλήμη Αλεξανδρέα «ἐπιφημίζονται»⁸⁶ κατά τον β' αιώνα στην Αλεξάνδρεια η μεν Τετάρτη ως ημέρα αφιερωμένη στο θεό Ερμή και η δε Παρασκευή ως αφιερωμένη στη θεά Αφροδίτη. Τον β' μ.Χ. αιώνα προσδιορίζεται σαφέστερα τόσο το περιεχόμενο όσο και ο σκοπός των νησιτίσιμων ημερών της Τετάρτης και της Παρασκευής, γεγονός που ολοκληρώνεται πληρέστερα κατά τον γ' μ.Χ. αιώνα..

Ὡς προς το εἶδος της τροφῆς με γνώμονα την «ὀλιγαρκία»⁸⁷ των πρωτοπλάστων «δι' ὄλου τοῦ ἔτους ἡ νηστεία φυλλάτεται...φημὶ δὲ τετράδι καὶ προσαββάτω ἕως ὥρας ἐνάτης»⁸⁸, που σημαίνει πως η

⁸⁴ *Διαταγαὶ τῶν Ἀποστόλων*, 5, 14, PG 1, 880B.

⁸⁵ *Διδαχὴ τῶν Δώδεκα Ἀποστόλων*, 8, ΒΕΠΕΣ, τ. 2, ἐκδ. Αποστολικὴ Διακονία της Ελλάδος, Ἀθῆναι 1955, σ. 217-218· «Αἱ νηστεῖαι ὑμῶν μὴ ἐστῶσαν μετὰ τῶν ὑποκριτῶν· νηστεύουσι γὰρ δεύτερα σαββάτων καὶ Πέμπτη, ὑμεῖς δὲ νηστεύσατε Τετράδα καὶ Παρασκευὴν».

⁸⁶ *Στρωματεῖς*, 7, PG 9, 504B.

⁸⁷ Βλ. Μ. Βασιλείου, *Περὶ νηστείας*, 1, PG 31, 168B· «ὁ ἄνθρωπος διὰ τῆς ὀλιγαρκίας τὴν πρὸς αὐτοὺς (τοὺς ἀγγέλους) ὁμοίωσιν κατάρθου».

⁸⁸ *Επιφανίου Κύπρου, Λόγος περὶ Πίστεως*, 22, PG 42, 828A.

ξηροφαγία εφαρμόζεται και για τη νηστεία της Τετάρτης και της Παρασκευής. Το τελευταίο ορίζει και ο ξθ' αποστολικός κανόνας⁸⁹. Επιπρόσθετα, ο ιε' κανόνας του Πέτρου Αλεξανδρείας παρουσιάζει το περιεχόμενο των δύο ημερών, το οποίο συνίσταται στην ενθύμηση των γεγονότων της προδοσίας και του θείου Πάθους⁹⁰.

3. Νηστεία των Χριστουγέννων

Μετά τη Μ. Τεσσαρακοστή δεύτερη μακρά περίοδος νηστείας σε αρχαιότητα και σε επισημότητα είναι η νηστεία των Χριστουγέννων. Έχει διάρκεια σαράντα ημερών και αρχίζει την 15^η Νοεμβρίου, την επομένη της γιορτής του αγίου Φιλίππου, και λήγει την 24^η Δεκεμβρίου, παραμονή των Χριστουγέννων.

Μέχρι τα τέλη του δ' αιώνα η Ανατολική Εκκλησία συνεόρταζε τη γέννηση και τη βάπτισή του Χριστού την 6^η Ιανουαρίου⁹¹. Η γέννηση άρχισε να χωρίζεται από τη βάπτισή από τον γ' αιώνα στη Δύση, οπότε και η γιορτή των Χριστουγέννων της 25^{ης} Δεκεμβρίου εισήχθη στη Ρώμη⁹². Ο γιορτασμός των Χριστουγέννων την παραπάνω συγκεκριμένη ημερομηνία καθιερώθηκε στην Ανατολή στα τέλη του δ' αιώνα. Αυτή η γιορτή ονομάζεται πρώτα από τον άγιο Ιωάννη Χρυσόστομο «μητροπόλις πασῶν τῶν ἑορτῶν»⁹³ και σε ομιλία του ίδιου κατά την γενέθλια ημέρα του Σωτήρα γύρω στο 386 μ.Χ αναφέρεται: «οὔπω δέκατό ἐστιν ἔτος, ἔξ οὗ δήλη καὶ γνώριμος ἡμῖν αὕτη ἡ ἡμέρα γεγένηται»⁹⁴.

⁸⁹ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 43.

⁹⁰ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 43: «Οὐκ ἐγκαλέσει τις ἡμῖν παρατηρουμένοις Τετράδα καὶ Παρασκευήν, ἐν αἷς καὶ νηστεύειν ἡμῖν κατὰ παράδοσιν εὐλόγως προστέτακται· τὴν μὲν Τετράδα διὰ τὸ γενόμενον συμβούλιον ὑπὸ τῶν Ἰουδαίων ἐπὶ τῇ προδοσίᾳ τοῦ Κυρίου· τὴν δὲ Παρασκευὴν διὰ τὸ πεπονθέναι αὐτὸν ὑπὲρ ἡμῶν».

⁹¹ Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, ἐκδ. «Αστὴρ», Ἀθήναι 1948, σ. 104-105.

⁹² Ο.π., σ. 287.

⁹³ Ομιλία εἰς τὸν μακάριον Φιλογόνιον, PG 48, 752.

⁹⁴ Ομιλία εἰς τὴν γενέθλιον ἡμέραν τοῦ Σωτήρος, PG 49, 351.

Η νηστεία πριν τα Χριστούγεννα καθιερώθηκε αρχικά στη Δύση και μάλιστα στην Ισπανία από τον επίσκοπο Μεδιολάνων Αμβρόσιο, ο οποίος την εφάρμοσε πρώτα στην επαρχία του. Η πρώτη μαρτυρία που μας παρέχεται προέρχεται από την πρώτη σύνοδο που συγκλήθηκε στη γαλλική πόλη της Matiscona. Σύμφωνα με τον ένατο κανόνα της συνόδου αυτής: «Από τῆς ἑορτῆς τοῦ ἁγίου Μαρτίνου μέχρι τῆς γεννήσεως τοῦ Κυρίου να τηρῆται νηστεία κατὰ τὴν δευτέραν, τὴν τετάρτην καὶ τὴν παρασκευὴν, να τελῶνται δὲ καὶ τεσσαράκοντα λειτουργίαι...»⁹⁵. Η παραπάνω νηστεία ονομάστηκε τεσσαρακοστή του αγίου Μαρτίνου, γιατί είχε διάρκεια σαράντα ημερών και άρχιζε από την ημέρα της γιορτῆς του συγκεκριμένου αγίου της Δυτικής Εκκλησίας. Κατ' αντιστοιχία, ονομάστηκε στην Ανατολή νηστεία του αγίου Φιλίππου, γιατί ξεκινά την επομένη του εορτασμού της μνήμης του αγίου.

Οι πρώτες ιστορικές μαρτυρίες για τη νηστεία των Χριστουγέννων ανάγονται στον ε΄ αιώνα για τη Δύση και στον στ΄ αιώνα για την Ανατολή. Υπάρχει η πιθανότητα να μεταφέρθηκε η συγκεκριμένη νηστεία από τη Δύση στα μοναστήρια της Συρίας και της Παλαιστίνης⁹⁶. Ισχυρό, ωστόσο, είναι και το ενδεχόμενο η νηστεία των Χριστουγέννων να υπήρχε και στα ορθόδοξα μοναστήρια. Το παραπάνω στηρίζει το γεγονός πως την έκτη εκατονταετηρίδα υπήρχε η νηστίσιμη πριν τα Χριστούγεννα περίοδος και στην αρχαία Εκκλησία των Βρετανικών νησιών, η οποία είχε στενές σχέσεις με τον ορθόδοξο ανατολικό μοναχισμό⁹⁷. Αρχικά η νηστεία ήταν μικρῆς διάρκειας, όμως υπό την επίδραση της νηστείας της Μ. Τεσσαρακοστής αυξήθηκε και η νηστεία των Χριστουγέννων σε σαράντα ημέρες.

⁹⁵ Mansi, *Sacrorum conciliorum nova et amplissima collectio*, 9, 933CD.

⁹⁶ *Corpus Scriptorum Christianorum Orientalium*, *Scriptores Syri*, II, XCI, σ. 27 εξ. *Assemani Bibliotheca Orientalis*, II, σ. 304 εξ.

⁹⁷ Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, έκδ. «Αστήρ», Ἀθήναι 1948., σ. 294.

4. Νηστεία των αγίων Αποστόλων

Η 29 Ιουνίου είναι ημέρα γιορτής των Αποστόλων Πέτρου και Παύλου. Η 29^η Ιουνίου δεν αποτελεί την ημέρα του μαρτυρίου των δύο Αποστόλων, αλλά ίσως την ημέρα της ανακομιδής των οστών τους⁹⁸. Ο εορτασμός αυτής της μέρας εισήχθη τον ε΄ αιώνα από τη Ρώμη στην Κωνσταντινούπολη⁹⁹. Σε ανάμνηση του θανάτου των Αποστόλων και ιδιαιτέρως των Πέτρου και Παύλου όρισε η Εκκλησία νηστεία, η οποία καταχρηστικώς λέγεται Τεσσαρακοστή, επειδή ο όρος αυτός έχει τη σημασία της εγκράτειας και της νηστείας κατ' αναλογία προς τη νηστεία του Πάσχα¹⁰⁰. Η νηστεία των αγίων Αποστόλων ξεκινά τη Δευτέρα μετά την Κυριακή των αγίων Πάντων και τερματίζεται στις 28 Ιουνίου. Η διάρκειά της εξαρτάται από την κινητή γιορτή του Πάσχα και δεν υπερβαίνει τις τριάντα ημέρες.

Η νηστεία πριν την γιορτή των αγίων Αποστόλων μαρτυριέται από την εποχή του Μ. Αθανασίου στις αρχές του δ' αιώνα. Ο ίδιος αναφέρει χαρακτηριστικά: «Τῇ γὰρ ἑβδομάδι μετὰ τὴν ἁγίαν Πεντηκοστὴν ὁ λαὸς νηστεύσας ἐξῆλθε περὶ τὸ κοιμητήριον εὐξασθαι»¹⁰¹. Την επταήμερη νηστεία μετά την γιορτή της Πεντηκοστής μαρτυρούν και οι *Αποστολικές Διαταγές*: «Μετὰ οὖν τὸ εορτάσαι ὑμᾶς τὴν Πεντηκοστὴν εορτάσετε μίαν ἑβδομάδα, καὶ μετ' ἐκείνην νηστεύσατε μίαν (δίκαιον γὰρ καὶ εὐφρανθῆναι ἐπὶ τῇ ἐκ Θεοῦ δωρεᾷ καὶ νηστεῦσαι μετὰ τὴν ἄνεσιν)»¹⁰². Επομένως, προτού ακόμα ορισθεί η γιορτή των Αποστόλων υπήρχε νηστεία διάρκειας μίας εβδομάδας, η οποία συνδέονταν με τη γιορτή της Πεντηκοστής. Θεσπίστηκε νηστεία για τη συγκεκριμένη χρονική περίοδο, επειδή μετά την Πεντηκοστή οι Απόστολοι άρχισαν να κηρύττουν

⁹⁸ Ο.π., σ. 289.

⁹⁹ Ο.π., σ. 293-296.

¹⁰⁰ Ο.π., σ. 294.

¹⁰¹ Ἀπολογία περὶ τῆς φυγῆς αὐτοῦ, 6, PG 25, 652B.

¹⁰² 5, PG 1, 860.

«νηστεύσαντες καὶ προσευξάμενοι»¹⁰³. Όταν ορίστηκε η 29^η Ιουλίου ως ημέρα γιορτής των Πέτρου και Παύλου, θεωρήθηκε η νηστεία ως περίοδος προετοιμασίας για τη συγκεκριμένη γιορτή και η διάρκειά της έγινε ανάλογη της σύμπτωσης του Πάσχα¹⁰⁴. Αυτή η τροποποίηση έγινε μεταξύ ζ' και η' αιώνα και πιθανότατα ξεκίνησε από την Κωνσταντινούπολη, η οποία πρώτη δέχθηκε από τη Ρώμη τη γιορτή των Αποστόλων¹⁰⁵. Συριακές μονοφυσιτικές πηγές του στ' αιώνα ονοματίζουν τη συγκεκριμένη νηστεία ως «τῶν ἁγίων Ἀποστόλων»¹⁰⁶. Ισχύει για τη νηστεία των Αποστόλων η εικασία πως υπήρχε κατά τον στ' αιώνα σε ορθόδοξα μοναστήρια, όπως αναφέρθηκε παραπάνω και για τη νηστεία των Χριστουγέννων.

5. Νηστεία της Κοίμησης της Θεοτόκου

Η περίοδος της νηστείας που προηγείται της γιορτής της Κοίμησης της Θεοτόκου εμφανίζεται αργότερα από τις άλλες περιόδους νηστείας, τις αποκαλούμενες ως «μικρές τεσσαρακοστές». Αρχικά η νηστεία του Δεκαπενταύγουστου ήταν χωρισμένη στη νηστεία που προηγούνταν της γιορτής της Μεταμόρφωσης του Σωτήρα και σε εκείνη που προηγούνταν της γιορτής της Κοίμησης της Θεοτόκου, για να ενωθούν αργότερα σε μια κοινή νηστίσιμη περίοδο.

Η νηστεία πριν τη Μεταμόρφωση του Κυρίου ήταν η αρχαιότερη και είχε πενθήμερη διάρκεια, από την 1^η ως τη 5^η Αυγούστου, ενώ για την έκτη ημέρα προβλεπόταν κρεοφαγία. Σύμφωνα με την παράδοση, τη γιορτή της Μεταμόρφωσης καθιέρωσε η αγία Ελένη, όταν έκτισε και εγκαινίασε την 6^η Αυγούστου στο Θαβώρ τον ομώνυμο ναό. Η γιορτή διαδόθηκε κυρίως από

¹⁰³ Πράξ. 13, 3.

¹⁰⁴ Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, έκδ. «Αστήρ», Αθήναι 1948., σ. 295.

¹⁰⁵ Ο.π., σ. 295.

¹⁰⁶ *Corpus Scriptorum Christianorum Orientalium*, Scriptores Syri, II, XCI, σ. 5. *Assemani Bibliotheca Orientalis*, II, σ. 304 εξ. Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, έκδ. «Αστήρ», Αθήναι 1948. σ. 294.

τον ε΄ αιώνα και εξής στην Ανατολή, σύμφωνα με μαρτυρίες των Κυρίλλου Αλεξανδρείας, Πρόκλου Κωνσταντινουπόλεως και Βασιλείου Σελεύκειας¹⁰⁷.

Η γιορτή της Κοίμησης της Θεοτόκου εμφανίστηκε στην Ανατολή και συγκεκριμένα στην Παλαιστίνη στις αρχές του ε΄ αιώνα, ενώ καθιερώθηκε επίσημα στην Ορθοδοξία κατά τον στ΄ αιώνα. Ο αυτοκράτορας Μαρκιανός (450-457) έκτισε ναό στη Γεσθημανή προς τιμήν της Θεοτόκου, η οποία κατά την παράδοση είχε ταφεί σε εκείνο το μέρος. Ο δε αυτοκράτορας Μαυρίκιος (582-602) όρισε επίσημα και επέβαλε με διάταγμα τον υποχρεωτικό εορτασμό της Κοίμησης της Θεοτόκου κατά την 15^η Αυγούστου σε ολόκληρη τη βυζαντινή αυτοκρατορία¹⁰⁸. Όσον αφορά στη νηστεία πριν τη γιορτή της Κοίμησης της Θεοτόκου οι σχετικές μαρτυρίες ανάγονται στα μέσα του θ΄ αιώνα¹⁰⁹.

¹⁰⁷ Βλ. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, έκδ. «Αστήρ», Άθηναι 1948., σ. 288.

¹⁰⁸ Ό.π., σ. 290.

¹⁰⁹ Βλ. Grumel, «Le Jeûne de l' Assomption dans l' Eglise grecque. Etude historique», *EO* 32 (1933) 165-172. Β. Στεφανίδη, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, έκδ. «Αστήρ», Άθηναι 1948, σ. 295. Θ. Ξ. Γιάγκου, *Κανονικολειτουργικά Ι*, έκδ. Γ. Δεδούση, Θεσσαλονίκη 1996, σ. 225.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Γ΄

Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΜΕΤΑ ΤΟΝ Θ΄ ΑΙΩΝΑ

1. Μοναχισμός και νηστεία

Από τον δ΄ αιώνα και εξής ο θεσμός της νηστείας δέχθηκε την επιρροή του μοναχισμού, γεγονός το οποίο καταγράφεται και σε κείμενα, ιδιαίτερα αυτά των Πατέρων της ερήμου. Ως μοναστικό κέντρο προεξήρχε η Αίγυπτος¹¹⁰, η οποία ανέδειξε αξιόλογες φυσιογνωμίες, όπως τους Μέγα Αντώνιο, Παχώμιο, Μέγα Αθανάσιο και Ισίδωρο Πηλουσιώτη.

Ιδιαίτερος μετά την εικονομαχία, τη θριαμβευτική επικράτηση του μοναχισμού και την ανάλογη αλλαγή των ηθών, οι μοναστικές τάσεις της νηστείας απέκτησαν εφαρμογή και στη ζωή των κοσμικών.

Οι σχετικές με τη νηστεία διατάξεις εμπεριέχονται στα κατά τόπους μοναστηριακά τυπικά, τα οποία παρουσιάζουν τον υποχρεωτικό χαρακτήρα των νηστειών για τους μοναχούς και αφιερώνουν ιδιαίτερα κεφάλαια για την πρακτική της νηστείας. Τα σημαντικότερα μοναχικά κέντρα της Ανατολής είναι η μονή του Στουδίου στην Κωνσταντινούπολη και η μονή του αγίου Σάββα στην Παλαιστίνη. Η διαφορά των τυπικών των δύο παραπάνω μονών αφορά στο βαθμό επιείκειας ή αυστηρότητάς τους. Η μονή του Στουδίου προεξήρχε του αγώνα κατά των εικονομάχων και αναπτύχθηκε ως το κύριο μοναστικό κέντρο της Κωνσταντινούπολης και της ευρύτερης περιοχής. Γενικότερα το τυπικό της μονής χαρακτηρίζει η επιείκεια, η οποία οφείλεται στο κοσμοπολίτικο πνεύμα της πρωτεύουσας της αυτοκρατορίας. Αντίθετα, η αυστηρότητα διακρίνει το Ιεροσολυμιτικό τυπικό της μονής του αγίου Σάββα, επειδή η μονή βρισκόταν στην καρδιά της ερήμου και το ασκητικό περιβάλλον άσκησε την ανάλογη επιρροή. Παράλληλα, η μονή του αγίου

¹¹⁰ R. Arbesmann, «Fasten», *RACH* 7 (1969) 477-478.

Σάββα υπήρξε ο βασικός χώρος διαμόρφωσης του μοναχικού λειτουργικού τυπικού. Τα περισσότερα τυπικά της βυζαντινής περιόδου αφιερώνουν ξεχωριστά κεφάλαια σχετικά με την τάξη της νηστείας όλου του έτους. Οι διατάξεις των τυπικών συντάσσονται σύμφωνα με τις αντίστοιχες διατάξεις των δύο σημαντικών μοναχικών κέντρων της μονής του αγίου Σάββα και της μονής του Στουδίου και όσα μοναστήρια ακολουθούν το ένα ή το άλλο τυπικό υιοθετούν ταυτόχρονα και τις σχετικές με τη νηστεία διατάξεις¹¹¹.

Οι επιδρομές των Τούρκων κατά τον 1^ο αιώνα είχαν ως αποτέλεσμα την παρακμή των μεγάλων μοναχικών κέντρων της Ανατολής. Τον 1^ο- 11^ο αιώνα εμφανίζεται το Αγιορείτικο τυπικό, του οποίου συντάκτης είναι ο Αθανάσιος Αθωνίτης, ένας σημαντικός διαμορφωτής του μοναχισμού. Στα γραπτά κείμενα του Αθανασίου συγκαταλέγονται η *Υποτύπωσις* (962-963), που επιγράφεται «Περὶ τῆς ἐν βρώμασι καὶ πόμασι ποιότητος καὶ ποσότητος καὶ περὶ τῆς εὐταξίας τῆς τραπέζης»¹¹², το *Τυπικόν ἢ Κανονικόν* (973-976)¹¹³ και η *Διατύπωσις*¹¹⁴, που περιλαμβάνει τις τελευταίες υποθήκες του Αθανασίου προς τους μαθητές του. Το Αγιορείτικο τυπικό διαδίδεται ευρύτατα, ώστε η φήμη του να υπερβαίνει την αντίστοιχη των αρχαιότερων τυπικών. Το εν λόγω τυπικό συμφωνεί περισσότερο με το πνεύμα του Στουδιτικού και αποτελεί το πλέον γνήσιο τέκνο της παραπάνω παράδοσης¹¹⁵.

Ιδιαίτερα σημαντικό παρουσιάζεται το τυπικό της μονής της Ευεργέτιδος του 11^{ου} αιώνα¹¹⁶. Γράφτηκε μεταξύ των ετών 1054-1070 από τον άγιο Τιμόθεο, το διάδοχο του αγίου Παύλου, ο οποίος άγιος Παύλος υπήρξε και ο

¹¹¹ Βλ. Θ. Ξ. Γιάγκου, *Κανονικολειτουργικά Ι*, έκδ. «Δεδούση», Θεσσαλονίκη 1996, σ. 223.

¹¹² Al. Dmitrievskij, *Opisanie liturgiĭeskich rukopisej*, τ. Ι, Κίεβο 1895 (φωτοαναστ. έκδ. Hildesheim 1965), σ. 246-256.

¹¹³ Ph. Meyer, *Die Haupturkunden für die Geschichte der Athos-Klöster*, Λειψία 1894 (ανατ. Amsterdam 1965), σ. 102-122.

¹¹⁴ Al. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. Ι, σ. 256-264.

¹¹⁵ Βλ. Θ. Ξ. Γιάγκου, *Κανονικολειτουργικά Ι*, έκδ. «Δεδούση», Θεσσαλονίκη 1996, σ. 224.

¹¹⁶ P. Gautier, «Le typikon de la Theodokos Evergetis», *REB* 40 (1982) 5-101.

κτήτορας της μονής. Το συγκεκριμένο τυπικό υπήρξε πρότυπο για τη σύνταξη των λεγόμενων κτητορικών τυπικών του ιβ' και του ιγ' αιώνα¹¹⁷. Ονομάζονται κτητορικά, επειδή οι κανονισμοί τους συντάσσονται από τους κτήτορες των μονών.

2. Νηστεία Μεγάλης Τεσσαρακοστής

Μεγάλη είναι η σημασία της Μονής του Στουδίου και ιδιαίτερος του Θεοδώρου Στουδίτου (759-826), ο οποίος αποτελεί έναν από τους βασικότερους εκφραστές και ρυθμιστές του μοναχισμού¹¹⁸. Γι' αυτό και χρειάζεται να ανατρέξει κανείς στη συμβολή του αγίου, προκειμένου να κατανοήσει τον ανατολικό μοναχισμό. Μάλιστα ο ίδιος θεωρείται ένας από τους πολυγραφώστερους εκκλησιαστικούς συγγραφείς του θ' αιώνα¹¹⁹. Αναφορικά με το θεσμό της νηστείας στην *Υποτύπωση τῆς καταστάσεως τῆς μονῆς τῶν Στουδίου* παρουσιάζεται με λεπτομέρεια η ποσότητα και ποιότητα των τροφών κάθε περιόδου του έτους, καθώς και η γενικότερη ευταξία της τράπεζας¹²⁰. Επίσης, η *Χρονική Διδασκαλία* αποτελεί βασική πηγή που μας προσφέρει πολύτιμες πληροφορίες για τη νηστεία των Στουδιτών μοναχών¹²¹.

¹¹⁷ Βλ. Π. Κ. Χρήστου, «Ἡ μονὴ τῆς ὑπεραγίας Θεοτόκου τῆς Εὐεργέτιδος», Ἀναφορὰ εἰς μνήμην Μητροπολίτου Σάρδεων Μαξίμου 1914-1986, τ. Ε', Γενεύη 1989, σ. 268-269. Για τὴ μονὴ τῆς Εὐεργέτιδος βλ. τὸν τόμο *The Theotokos Evergetis and eleventh-century monasticism*, ἐκδ. Margaret Mullett and A. Kirby, Belfast 1994. Για κατάλογο τῶν τυπικῶν τῆς βυζαντινῆς περιόδου βλ. Κ. Μανάφη, *Μοναστηριακά Τυπικά - Διαθήκαι. Μελέτη φιλολογικῆ*, Αθήναι 1970, σ. 178-190. Ι. Μ. Κονιδάρη, *Νομικὴ θεώρηση τῶν μοναστηριακῶν Τυπικῶν*, Αθήνα 1984, σ. 45-67 καὶ C. Galatariotou, «Byzantine Ktitorika Typika. A comparative study», *REB* 45 (1987) 85-89.

¹¹⁸ Βλ. Γ. Θ. Βεργωτῆ, *Ἡ νηστεία τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς*, διατριβὴ ἐπὶ διδακτορία, Θεσσαλονίκη 1979, σ. 60.

¹¹⁹ Theodori Studitae Epistulae, *Pars Prior De Gruyer*, [Corpus Fontium, Historiae Byzantinae, consilio Societatis internationalis Stydis], σ. 21.

¹²⁰ Al. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. Ι, σ. 234-237. Ph. Meyer, *Die Haupturkunden für die geschichte der Athos Klöster*, Λειψία 1894 (ανατ. Amsterdam 1965), σ. 130-140.

¹²¹ PG 99, 1693A-1702D.

Επί πατριαρχίας Νικολάου του Α΄ εκδόθηκε ο «Τόμος της Ένωσης» (920), με αφορμή την τετραγαμία του αυτοκράτορα Λέοντα ΣΤ΄ Σοφού και την επερχόμενη κρίση της σχέσης μεταξύ Πολιτείας και Εκκλησίας¹²². Σύμφωνα με το παραπάνω κείμενο απαγορεύτηκε απολύτως η τέλεση τέταρτου γάμου, ενώ επιτράπηκε ο τρίτος γάμος υπό περιορισμούς. Αναφορά γίνεται στις τρεις κατάλληλες περιόδους του έτους κατά τις οποίες επιτρέπεται στους τρίγαμους να μετέχουν του μυστηρίου της θείας Ευχαριστίας, αφού προηγουμένως νηστεύσουν¹²³. Μία από τις γιορτές κατά την οποία επιτρέπεται η θεία κοινωνία των τρίγαμων είναι η Ανάσταση του Κυρίου¹²⁴ και οι άλλες δύο είναι η γιορτή των Χριστουγέννων και αυτή της Κοίμησης της Θεοτόκου.

Το έργο του Αναστασίου Σιναΐτου *Περὶ τῶν τριῶν Τεσσαρακοστων* αποτελεί ελεγκτικό συνταγμάτιο εναντίον αυτών που αθετούν όλες τις άλλες νηστείες εκτός της Μ. Τεσσαρακοστής. Έμμεση επίκριση γίνεται σε υψηλά ιστάμενες εκκλησιαστικές προσωπικότητες που δεν αποδέχονται την παραδεδομένη τάξη των νηστειῶν¹²⁵. Στην παρούσα συνάφεια αναφέρουμε τη συμφωνία του κειμένου με όσα έχουν θεσπίσει οι Απόστολοι και οι Πατέρες της Εκκλησίας αναφορικά με τη νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής¹²⁶.

Μαρτυρία για τη νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής μας παρέχει ο πατριάρχης Αντιοχείας Θεόδωρος Βαλσαμών σε επιστολή που απευθύνει

¹²² Βλ. Παντελεήμονος Ροδόπουλου, *Μαθήματα Κανονικού Δικαίου*, Θεσσαλονίκη 1980, σ. 61.

¹²³ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 6· «...διὰ τὸ ἐν ταύταις προηγεῖσθαι νηστείαν καὶ τὸ ἐκ ταύτης ὄφελος».

¹²⁴ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 7· «οὐκ ἔσται συγκεχωρημένον αὐτῷ ἐν ἄλλῳ καιρῷ τῇ μεταλήψει προσιέναι, ἢ ἐν μόνη τῇ σωτηρίῳ τοῦ Χριστοῦ καὶ Θεοῦ ἡμῶν Ἀναστάσει, διὰ τὴν ἐκ τῆς προηγουμένης ἐγκρατείας τῶν νηστειῶν ὅσον δυνατὸν ἀνακάθαρσιν».

¹²⁵ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 580· «ὕπεισῆλθέ τινος τῶν ἡμετέρων οὐ μόνον λαϊκῶν ἢ ἀγνώστων καὶ ἀγραμμάτων, ἀλλ' ἤδη καὶ αὐτῶν τῶν ἐπὶ λόγῳ σεμνυνομένων καὶ ἐπὶ μεγίστη σοφία τὴν ὄφρην αἰρόντων, ἐπισκόπων, φημί, μητροπολιτῶν καὶ ἱερέων καὶ διακόνων καὶ λοιπῶν κληρικῶν, καὶ αὐτῶν δῆπου ἴσως τῶν μοναχῶν, ὧν Θεὸς κοιλία λελόγισται, οἳ καὶ ἀπηρυθριασμένως οὕτως καὶ ἀναιδῶς διδάσκουσι, μόνην εἶναι νηστείαν... τὴν λεγομένην μεγάλην».

¹²⁶ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 580-584 (= PG 89, 1389-1397).

προς τους Αντιοχείς με περιεχόμενο τις ετήσιες νηστείες που χρειάζεται να τηρούνται. Στην παρούσα θεματική ενότητα εντάσσεται η αναφορά όλων των αποστολικών και συνοδικών κανόνων που αφορούν στη νηστεία της Μ. Τεσσαρακοστής και πιστοποιούν την ισχύ της. Στη συνέχεια αναφέρονται οι συντάκτες του Ιεροσολυμιτικού και Στουδιτικού τυπικού, οι οποίοι «περὶ μὲν τῆς Τεσσαρακοστης τοῦ μεγάλου Πάσχα πολλά τινα μεγαλοπρεπη καὶ ἀξία τῆς αὐτῶν ἀρετῆς ὑπετύπωσαν»¹²⁷. Επίσης, σύμφωνα με τον «Τόμο της Ἐνώσης» επιτρέπεται στους τρίγαμους η θεία μετάληψη την ημέρα της Ανάστασης, αφού έχει προηγηθεί νηστεία. Τα παραπάνω αναφέρονται προκειμένου στη συνέχεια να τεκμηριωθεί η απάντηση του Βαλσαμόνα στις υποβληθείσες ερωτήσεις. Πέντε στον αριθμό είναι οι κύριες γιορτές της χριστιανοσύνης και στη σκέψη του Βαλσαμόνα υπάρχει ο συσχετισμός και η αντιστοιχία των γιορτών που διέταξε ο Μωυσής στον ισραηλιτικό λαό με τις πέντε βασικές γιορτές του έτους. Παρακάτω αναφέρει πως την γιορτή του Πάσχα προτυπώνει η γιορτή του αμνού προς ανάμνηση της μετάβασης του Ισραηλιτικού λαού από την Αίγυπτο προς τη γη Χαναάν. Ωστόσο, η νηστεία του Πάσχα είναι τεσσαρακονθήμερη κατά το πρότυπο της νηστείας του Ιησού Χριστού στην έρημο και όχι επταήμερη, όση δηλαδή και η διάρκεια της νηστείας της γιορτής του αμνού¹²⁸. Παρόλο που κύριος στόχος της παρούσας επιστολής είναι ο καθορισμός του χρόνου της νηστείας των γιορτών των αγίων Αποστόλων, της Μεταμόρφωσης του Κυρίου, της Κοίμησης της Θεοτόκου και της Γέννησης του Χριστού, η απάντηση του Βαλσαμόνα κατοχυρώνει την αποστολικότητα και προτεραιότητα της νηστείας της Μ. Τεσσαρακοστής.

Ο ίδιος ερμηνευτής των θείων και ιερών κανόνων στο σχολιασμό του ξβ' κανόνα της Πενθέκτης συνόδου¹²⁹ και στην υποσημείωση του ξθ'

¹²⁷ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 566.

¹²⁸ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 572.

¹²⁹ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Β', σ. 427-428· «...κυρίως μία ἐστὶν ἡ τεσσαρακονθήμερος εἰ γὰρ ἐπεγινώσκετο καὶ ἕτερα, ὠρίσθη ἂν καὶ ἐν ἐκείνῃ μὴ γίνεσθαι τὴν ἱεροτελεσίαν διὰ τελείας Θυσίας.

αποστολικού κανόνα¹³⁰ αναφέρει πως μία είναι η κυρίως τεσσαρακονθήμερη νηστεία, πράγμα που επαναλαμβάνει και στην απάντησή του προς τον πατριάρχη Αλεξανδρείας Μάρκο, λέγοντας μεταξύ των άλλων πως «μία γὰρ Τεσσαρακονθήμερος νηστεία ἐστίν, ἢ του Ἁγίου καὶ Μεγάλου Πάσχα»¹³¹. Επιπρόσθετα, στην ερμηνεία του με' κανόνα της Λαοδικείας αναφέρει: «Τοὺς οὖν μέλλοντας φωτισθῆναι κατὰ τὸ μέγα Σάββατον, δεῖ τὴν πᾶσαν Τεσσαρακοστὴν προκαθαίρεσθαι διὰ νηστείας καὶ ἀσκήσεως»¹³².

3. Νηστεία Τετάρτης-Παρασκευής

Ξηροφαγία προβλέπουν για τις Τετάρτες και Παρασκευές όλου του έτους ο ξθ' αποστολικός κανόνας, καθώς και ο ιε' κανόνας του Πέτρου Αλεξανδρείας. Η ενθύμηση των γεγονότων της προδοσίας, της σύλληψης και της σταύρωσης του Χριστού καθιστούν πένθιμη τη νηστεία των δύο αυτών ημερών και τη συνδέουν με την αντίστοιχη της Μ. Τεσσαρακοστής. Ερμηνεύοντας τον ξθ' αποστολικό κανόνα ο κανονολόγος Ζωναράς διευκρινίζει ότι «ἐν ἴσῃ τάξει τίθησιν ὁ κανὼν τὴν τε ἁγίαν τεσσαρακοστὴν τοῦ Πάσχα καὶ Τετράδα καὶ Παρασκευὴν»¹³³. Οι διατάξεις των τυπικών αυτής της εποχής συμφωνούν με την παραπάνω γενική αρχή¹³⁴. Η νδ' από τις ξστ' κανονικές αποκρίσεις του πατριάρχη Αντιοχείας

ἀλλὰ διὰ Προηγιασμένης, καθὼς ὠρίσθη τοῦτο γίνεσθαι καὶ ἐν τῇ Τεσσαρακοστῇ τοῦ μεγάλου Πάσχα».

¹³⁰ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Β', σ. 89· «Σημείωσαι δὲ ἀπὸ τοῦ παρόντος κανόνος, ὅτι μία ἐστὶν ἡ νηστεία, ἢ τεσσαρακονθήμερος, ἢ του Πάσχα· εἰ γὰρ ἦσαν καὶ ἄλλαι ἐμνήσθη ἂν καὶ τούτων ὁ κανὼν...».

¹³¹ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 488.

¹³² Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Γ', σ. 213.

¹³³ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Β', σ. 88.

¹³⁴ Βλ. ενδεικτικά *Διδασκαλία Χρονική της μονης Στουδίου*, PG 99, 1696C· «Τετράς τε καὶ Παρασκευὴ παντελῶς ἀγναὶ εἰς νηστείαν ἀεὶ τηρηθῶσι, τυροῦ, ἰχθύων, ἐλαίου, καθὼς οἱ θεῖοι ἀπόστολοι καὶ οἱ

Θεοδώρου του Βαλσαμώνα στον πατριάρχη Αλεξανδρείας Μάρκο σχετίζεται με το υποχρεωτικό της νηστείας της Τετάρτης και Παρασκευής¹³⁵. Στην απάντηση που δίνει γίνεται αναφορά στον ξθ' αποστολικό κανόνα, ο οποίος παρουσιάζει τον επιτακτικό κανονικό χαρακτήρα των νηστειών της Μ. Τεσσαρακοστής και της Τετάρτης και Παρασκευής. Εξαιρέση αποτελούν οι Τετάρτες και οι Παρασκευές της Αποκριάς, της Τυροφάγου, της Διακαινησίμου και του Δωδεκαημέρου, οπότε καταλύει και κρέας¹³⁶.

4. Νηστεία των «μικρών τεσσαρακοστών»

Τις «μικρές τεσσαρακοστές» αποτελούν οι νηστίσιμες περίοδοι που προηγούνται των γιορτών των αγίων Αποστόλων, των Χριστουγέννων και της Κοίμησης της Θεοτόκου. Στους κανόνες των ιερών συνόδων δε συναντάται διάταξη που να αναφέρεται σε κάποια από αυτές τις νηστείες. Ο Θεόδωρος Βαλσαμών σε υποσημείωση της ερμηνείας του ξθ' αποστολικού κανόνα αναφέρει τα εξής: «Σημείωσαι δὲ ἀπὸ τοῦ παρόντος κανόνος, ὅτι μία ἐστὶν ἡ νηστεία, ἡ τεσσαρακονθήμερος, ἢ του Πάσχα (εἰ γὰρ ἦσαν καὶ ἄλλαι ἐμνήσθη ἂν καὶ τούτων ὁ κανὼν (πλὴν καὶ κατὰ τὰς ἄλλας νηστισίμους (ἡμέρας) ἦγουν τῶν ἀγίων Ἀποστόλων καὶ τῆς Κοιμήσεως

μετ' αὐτοὺς θεοφόροι Πατέρες ἐνομοθέτησαν». Al. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. I, σ. 252 (=Αγιορειτικό τυπικό)· «Ἐν Τετράδα καὶ Παρασκευῇ ἐσθίωμεν φάβαν, ἢ ἐρεβίνθι ἐκξεστὸν καὶ ἀλμαίαν χωρὶς ἐλαίου, ἢ κάστανα, ἢ ἐτέρας τινὰς ὀπώρας ἐκξεστὰς» Νικολάου Κωνσταντινουπόλεως, *Ποίημα πρὸς τὸν Πρώτον*, PG 138, 397CD· «Τετράδα καὶ Παρασκευῇ, ὡς οἱ Πατέρες ἐφασκον, ἰχθύων τε ἀπέχεσθαι, ἐλαίου τε καὶ οἴνου, ξηροφαγίαν λύοντες ἅπαξ ἐν τῇ ἐννάτῃ». P. Gautier, «Le typikon de la Theodokos Evergetis», *REB* 40 (1982) 39-41· «Τὰς τοίνυν ἄλλας ἡμέρας, δευτέρας φημὶ καὶ Τετράδας καὶ Παρασκευὰς, οὐκ οὐκ ἡμᾶς μαγειρευτοῦ τινὸς οὔτε οἴνου μεταληπτέον, ἀλλ' ἡ μόνων κυάμων ἐφθων καὶ τίνων μικρῶν ὀπωρῶν, εἴπερ εἰσὶ καὶ τοῦ κυμινάτου θερμοῦ ὕδατος».

¹³⁵ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 487-488 (=PG 138, 1000B-1001C).

¹³⁶ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 487· «Ὑπέξελέ μοι τὰς Τετράδας καὶ τὰς Παρασκευὰς τῆς Ἀπόκρεω, τῆς Τυροφάγου, τῆς Διακαινησίμου καὶ τοῦ Δωδεκαημέρου· ἐν ταύταις γὰρ καὶ διὰ κρέατος ἀκινδύνως καταλύομεν».

τῆς ἁγίας Θεοτόκου καὶ τῆς Χριστοῦ Γεννήσεως νηστεύοντες οὐκ αἰσχυνθησόμεθα»¹³⁷.

4.1. Νηστεία Χριστουγέννων – Νηστεία ἁγίων Αποστόλων

Οἱ νηστείες που προηγούνται τῶν γιορτῶν τῶν ἁγίων Αποστόλων καὶ τῶν Χριστουγέννων παρουσιάζονται σχεδόν πάντα μαζί στις πηγές. Ο Θεόδωρος Στουδίτης αναφέρει χαρακτηριστικά πως στην εποχή του οἱ τρεῖς του ἔτους νηστείες ἦταν τῶν Χριστουγέννων, τοῦ Πάσχα καὶ τῶν ἁγίων Αποστόλων, οἱ οποίες ἀντίστοιχα προτύπωναν τὸν Πατέρα, τὸν Υἱὸ καὶ τὸ Ἅγιο Πνεῦμα¹³⁸. Μαρτυρία γιὰ τις «μικρές τεσσαρακοστές» μας παρέχει ἐκπρόσωπος τῆς μοναχικῆς παράδοσης τῆς Κωνσταντινούπολης τῶν ἀρχῶν τοῦ θ' αἰῶνα. Πρόκειται γιὰ τὸν πατριάρχη Κωνσταντινουπόλεως Νικηφόρο Ομολογητή, ὁ οποίος στὸν κθ' κανόνα του ἀναφέρεται στις δύο νηστίσιμες περιόδους πρὶν τις γιορτές τῶν Χριστουγέννων καὶ τῶν ἁγίων Αποστόλων, κατὰ τις οποίες τηρεῖται ἡ νηστεία τῆς Τετάρτης καὶ τῆς Παρασκευῆς. Ταυτόχρονα, προσδιορίζεται καὶ ὁ χρόνος κατὰ τὸν οποίον παραθέτονται τὰ γεύματα τῆς κάθε ἡμέρας¹³⁹. Επίσης, λόγο γιὰ τις παραπάνω δύο νηστείες κάνει ἡ σύνοδος

¹³⁷ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Β', σ. 89.

¹³⁸ *Χρονικὴ Διδασκαλία*, PG 99, 1693C-1696C· «τρεις παρ' ἡμῖν νηστεῖαι νενομοθέτηνται εἰς τύπον τῆς ζωαρχικωτάτης Τριάδος ἐκ τῶν θείων μαθητῶν τοῦ μονογενοῦς Υἱοῦ τοῦ Θεοῦ....ἡ πρώτη γιορτὴ τῆς Χριστοῦ γεννήσεως, ἡ εἰς τύπον ἂν εἴληπται τοῦ Πατρὸς....ἡ δὲ μετ' αὐτὴν β', ἡ καὶ μεγάλη τεσσαρακοστὴ λέγεται, εἰς τύπον εἴη τε τοῦ Μονογενοῦς....ἡ δὲ μετ' αὐτὴν τρίτη, ἡ καὶ παρὰ τίσι τῶν ἀποστόλων κηρυττομένη, τύπος ἂν εἴη καὶ αὐτὴ τοῦ ζωοποιοῦ Πνεύματος».

¹³⁹ Γ. Ράλλη-Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 437· «Τὴν Τεσσαρακοστὴν τῶν ἁγίων Αποστόλων, ἦτοι τὴν νηστῖμον αὐτῶν, χρῆ νηστεύειν Τετράδι καὶ Παρασκευῆ τοὺς ἐργαζομένους ἕως ὥρας ἕκτης καὶ οὕτω γεύεσθαι, καὶ τὴν ἐνάτην ἀριστᾶν. Ὡσαύτως καὶ τοῦ ἁγίου Φιλίππου, ὥραν ἕκτην γεύεσθαι, καὶ ἑσπέρας δειπνεῖν. Τοὺς δὲ ἐν τῇ ἄπαξ ἕως ἑσπέρας».

επί των ημερών του Νικολάου Γ΄ Γραμματικού (1084-1111). Συγκεκριμένα, ο ιζ΄ κανόνας ορίζει νηστεία και επιβεβαιώνει την ήδη ισχύουσα πράξη¹⁴⁰.

Κοινή, λοιπόν, παρουσιάζεται η τάξη της νηστείας για τις τεσσαρακοστές τόσο των αγίων Αποστόλων όσο και των Χριστουγέννων. Σύμφωνα με τα περισσότερα τυπικά, προβλέπεται νηστεία χωρίς «έλαιον» τις Δευτέρες, Τετάρτες και Παρασκευές και κατάλυση «ελαίου» τις Τρίτες και Πέμπτες¹⁴¹. Κατά τα Σαββατοκύριακα και τις ημέρες των γιορτών, εφόσον δε συμπίπτουν Δευτέρα, Τετάρτη και Παρασκευή, γίνεται κατάλυση «ιχθύος»¹⁴². Σύμφωνα με το τυπικό της Ευεργέτιδος δεν τηρείται ιχθυοφαγία κατά τις δύο «μικρές

¹⁴⁰ J. B. Pitra, *Spicilegium*, τ. IV, σ. 472· «Τὴν τοῦ ἀγίου Φιλίππου τεσσαρακοστὴν ὀνομαζομένην καὶ τὴν τῶν ἀγίων ἀποστόλων μηδεὶς καταλύτω(εἰ τις δὲ παραβαίνει τὸν ἡμέτερον ὄρον, εἰ μὲν κληρικὸς, καθαιρεῖσθω(εἰ δὲ λαϊκός, ἀφορίζεται τῆς τοῦ ἀγαθοῦ κοινωνίας».

¹⁴¹ *Διδασκαλία Χρονική*, 6, PG 99, 1696D-1697A· «Τὴν δὲ αὐτὴν νηστείαν τῆς τοῦ Χριστοῦ γεννήσεως, τὰς τρεῖς ἡμέρας διαφυλατέσθω τῆς ἐβδομάδος, ἦτοι β΄, δ΄ καὶ στ΄, ἰχθύας καὶ ἔλαιον καὶ νηστείαν ἐνθῶς ποιείτω(ὡσαύτως καὶ τῶν ἀγίων ἀποστόλων ποιείτω, καὶ τὴν τῆς Θεομήτορος ἀγίαν νηστείαν». ΑΙ. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. I, σ. 234 (=Στουδιτικό τυπικό)· «Εἰς δὲ τὴν τεσσαρακοστὴν τῶν ἀγίων ἀποστόλων ἰχθύας καὶ τυρὸν καὶ ὡὰ οὐκ ἐσθίωμεν...τρῶγοντες δύο μαγειρίας, τὸ μὲν λάχανον μετ' ἐλαίου, τὸ δὲ ὄσπριον ἄνευ ἐλαίου ἐσθίωμεν(κινρὰ δὲ δύο τὴν ἐνάτην καὶ δύο ὄψη». ΑΙ. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. I, σ. 252 (=Αγιορειτικό τυπικό)· «Εἰς δὲ τὴν μ΄ τῶν ἀγίων Ἀποστόλων β΄ μὲν καὶ δ΄ καὶ στ΄ οὔτε ἔλαιον ἐσθίωμεν, οὔτε οἶνον πίνωμεν, τὰς δὲ λοιπὰς ἡμέρας τούτων ὁμοίως ταῖς ἄλλαις μεταλαμβάνοντες...Οὗτος ὁ τύπος καὶ τῆς τεσσαρακοστῆς τοῦ ἀγίου Φιλίππου, πλὴν μέντοιγε τότε, ὁμοίως τῆς μεγάλης μονοσιτουμένης». Ανωνόμου, *Εὐσύννοπος εἰδησις*, ΑΙ. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. III, σ. 138-139· «Τῆς δὲ νηστείας, φασί, τῶν ἀγίων Ἀποστόλων, Δευτέρα μὲν καὶ Τετράδι καὶ Παρασκευῆ οὔτε ἔλαιον ἐσθίωμεν, οὔτε οἶνον πίνωμεν, Τρίτη δὲ καὶ Πέμπτη τούτων μεταλαμβάνοντες, ἰχθύων ἀπεχόμεθα...Τῆς δὲ ἀγίας τεσσαρακοστῆς τῶν Χριστουγέννων ἅπαξ μὲν τῆς ἡμέρας ἐσθίωμεν ἀπὸ τοῦ λυχνικοῦ, τὴν αὐτὴν δὲ δίαιταν, ἦν καὶ ἐν τῆς νηστείας τῶν ἀγίων ἀποστόλων». Ρ. Gautier, «Le tyrikon de la Theodokos Evergetis», *REB* 40 (1982) 43· «Μετὰ τὸ τελεσθῆναι τὴν πᾶσαν ἀκολουθίαν τῶν τε ὡρῶν καὶ τῆς θείας ἱερουργίας ὡς τὸ συναξάριον διέξεισι καλεῖτω ὑμᾶς ἢ τράπεζα κατὰ τὸν ἀνωτέρω διαταγέντα τύπον, ἐβδόμης ὥρας ἐνιασταμένης, ἐν ἣ καὶ δύο ἐδέσματα σὺν ἐλαίῳ ἐψητὰ ὑμῖν ἐσθιέσθω καὶ οἶνος πινέσθω ὁ διὰ τοῦ μεζζονος ἕξαγιου».

¹⁴² ΑΙ. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. I, σ. 234 (=Στουδιτικό τυπικό)· «Ἐν δὲ ταῖς ἀργησίμοις, ἐν αἷς ἠνιξάμεθα τυρὸν ἐσθίειν καὶ τὰ λοιπὰ τὴν ἕκτην τρῶγοντες, τρία πίνωμεν καὶ δύο ὄψη». ΑΙ. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. I, σ. 252 (=Αγιορειτικό τυπικό)· «ἰχθύων ἐγκρατευόμεθα, ἄνευ μέντοι Κυριακῆς καὶ ἑορτῆς, ἀργίαν ἡμῖν τοῦ καμάτου καὶ τῶν ὡρῶν ἐμποιοῦσης». Ανωνόμου, *Εὐσύννοπος εἰδησις*, ΑΙ. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. III, σ. 138-139· «εἰ δὲ ἐν Τρίτῃ ἢ Πέμπτῃ τύχοι μνήμη ἀγίου τῶν πάντων μεγάλων καὶ ἐπισήμων, καταλύομεν καὶ εἰς ὄψαριον».

τεσσαρακοστές», παρά μόνο μετά από σχετική παράκληση¹⁴³. Η μοναδική διαφορά ως προς την τάξη της νηστείας που ακολουθείται στις δύο παραπάνω νηστίσιμες περιόδους είναι πως στη νηστεία των αγίων Αποστόλων παρατίθενται δύο τράπεζες, ενώ στη νηστεία των Χριστουγέννων παρατίθεται μία τράπεζα¹⁴⁴.

Ο Αναστάσιος Σιναΐτης στο έργο του *Περὶ τῶν ἀγίων τριῶν Τεσσαρακοστῶν* μας πληροφορεί πως στην εποχή του ορισμένα πρόσωπα, προερχόμενα ακόμα και από τον επισκοπικό κύκλο, αμφέβαλαν για την αποστολικότητα των νηστειῶν των αγίων Αποστόλων και των Χριστουγέννων και αποδέχονταν μονάχα τη νηστεία πριν το Πάσχα¹⁴⁵. Καταδικάζοντας τα πάθη της γαστριμαργίας και φιληδονίας, τα οποία θεωρεί υπεύθυνα για την αφισβήτηση των ἤδη παραδεδομένων «μικρῶν νηστειῶν», αναφέρει: «παρ' ἡμῖν φυλάσσονται τρεῖς νηστεῖαι, ἃς προετύπουν αἱ ἔορταὶ ἐκεῖναι (τῶν ἀζύμων, τοῦ ἐξιλασμοῦ καὶ τῆς σκηνοπηγίας), προσθήκην τοῦ τριαδικοῦ βαθμοῦ οὐδαμῶς ἐπιδεχόμεναι». Οι παραπάνω νηστείες δεν είναι ἄλλες ἀπὸ τις νηστείες του Πάσχα, των Χριστουγέννων και των αγίων Αποστόλων. Αναφερόμενος ο Αναστάσιος Σιναΐτης στη νηστεία

¹⁴³ P. Gautier, «Le typikon de la Theodokos Evergetis», *REB* 40 (1982) 43· «Οὐ μέντοι καὶ ἰχθυοφαγῆσομεν οἴκοθεν· ἂν δὲ τίς ἴοι παράκλησις, μεταληπτέον εὐχαριστουοντας (ἐν γὰρ ταῖς δύσει ταύταις ἤττοσι τεσσαρακοστὰς τοῦτο κωλύειν οὐ δίκαιον)».

¹⁴⁴ P. Gautier, «Le typikon de la Theodokos Evergetis», *REB* 40 (1982) 43-45· «Καὶ ἡ τῶν ἀγίων δὲ Χριστουγέννων τεσσαρακοστὴ ὁμοία ἔσται τῇ τῶν ἀγίων ἀποστόλων ἐν ταῖς βρώσεσι τε καὶ πόσει, μετὰ τὸ πληρωθῆναι δηλαδὴ τὴν πᾶσαν ἀκολουθίαν κατὰ τὸ συναξάριον, δύο τούτοις μόνοις παραλλάτουσα, τῷ τε μὴ καθεκάστην ἱερουργεῖν ὁπότε καὶ νηστεία ἄγοιτο, οὐ γὰρ ἄρκει ἡ ἡμέρα μικρὰ τίς οὐσα καὶ τῷ ἄπαξ ἐστιᾶσθαι (ἐννάτη γὰρ ὥρα τὴν ἐστίασιν ὑμῖν παραθήσοι, νηστείας ἀγομένης, ὡς εἴρηται)». V. Beneševič, «Taktikon Nikon», σ. 45· «Εἰς δὲ τὴν σαρακοστὴν τοῦ ἀγίου Φιλίππου, οὕτως χρῆ ποιεῖν, ὡς τὴν τῶν ἀγίων Ἀποστόλων νηστείαν, πλὴν τὸ βραδὺ ἐσθίειν ἐνταῦθα διὰ τὴν σμικρότητα τῶν ἡμέρων».

¹⁴⁵ Γ. Ράλλη-Π. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 581· «ἀναιδῶς διδάσκουσι, μόνην εἶναι νηστεία ἐκ τε τῶν ἀγίων Ἀποστόλων καὶ τῶν θείων Πατέρων παραδεδομένην, τὴν λεγομένην μεγάλην, τὴν δὲ γε τῶν Χριστουγέννων, ἣν καὶ τοῦ ἀγίου Φιλίππου τινὲς ὀνομάζουσι...καὶ τὴν πρὸ τῆς μνήμης τῶν ἀγίων κορυφαίων Ἀποστόλων Πέτρου καὶ Παύλου μὴ εἶναι μῆτε ἐξ Ἀποστολικῆς καὶ Πατρικῆς διαταγῆς, ἀλλὰ τίνων εὐρέματα μοναχῶν καὶ θελήματα».

των Χριστουγέννων ιστορεί την παράδοση, σύμφωνα με την οποία η διάρκεια της νηστείας έγινε τεσσαρακονθήμερη λαμβάνοντας αρχή από την γιορτή του αγίου Φιλίππου. Σύμφωνα με το ίδιο έργο, η νηστεία των αγίων Αποστόλων παρατεινόταν μέχρι την Κοίμηση της Θεοτόκου στις 15 Αυγούστου, αλλά η πράξη αυτή σταμάτησε για λόγους οικονομίας¹⁴⁶. Το κείμενο τελειώνει με την περιγραφή της επικρατούσας τάξης, η οποία ορίζει τα εξής: «έτυπώθη δέ, ἄχρι τῆς ἑορτῆς τῶν ἁγίων Ἀποστόλων νηστεύειν, εἰθ' οὕτως ἐπιλύειν· εἶτα ἀπ' ἄρχης Αὐγούστου νηστεύειν, ἄχρι τῆς Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου καὶ πάλιν διαλύειν καὶ τότε ἔχοντας παρακέλευσιν ἐκ τῶν Ἀποστολικῶν Διατάξεων»¹⁴⁷.

4.2. Νηστεία Κοίμησης της Θεοτόκου

Αναζητώντας την προέλευση της νηστείας της Κοίμησης της Θεοτόκου την εντοπίζουμε στην παράδοση της Κωνσταντινούπολης. Σε αυτό συνηγορεί και χωρίο που αποδίδεται στον Αναστάσιο Καισαρείας: «Ἡ πρὸ τῆς Κοιμήσεως τῆς ὑπεραγίας Θεοτόκου νηστεία, παραδεδομένη ἐστὶν ἐξ ἁγίων Πατέρων καὶ θείων πατριαρχῶν καὶ ἐντίμως ταύτην φυλάττουσι πᾶσαι αἱ πόλεις καὶ χῶραι τῶν Ὁρθοδόξων, ἔξαιρέτως ἡ μεγαλόπολις καὶ εὐδαίμων Κωνσταντινούπολις καὶ ἡ Μεγάλη Ἐκκλησία»¹⁴⁸. Ο Νικηφόρος Κωνσταντινουπόλεως (755-828) αναφέρει πως άρχιζε νηστεία από την επόμενη της Πεντηκοστής εβδομάδα, η οποία διαρκούσε μέχρι την 15^η Αυγούστου. Για λόγους οικονομίας ο πατριάρχης σε σύνοδο επί των ημερών του διαχώρισε τις δύο νηστείες, ώστε η πρώτη να διαρκεί από την

¹⁴⁶ Γ. Ράλλη-Π. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 584: «δι'οικονομίαν ὑπὸ τῶν ἁγίων πατέρων ἐξεκόπη, τὸ μὲν διὰ τὸ παρεμπίπτειν ταῖς ἐθνικαῖς νηστεαῖς, ἡγουν Ἀρμενίων, Ἰακωβιτων, Νεστοριανων, ἐτι δὲ πολλάκις καὶ Ἰσμηλιτων, τὸ δέ, ὡς ἐμοί γε καταφαίνεται, καὶ διὰ τὴν ὀλιγορίαν καὶ τὸ ἀπρόθυμον τῶν ἀνθρώπων».

¹⁴⁷ Γ. Ράλλη-Π. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 584.

¹⁴⁸ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 558.

επόμενη της Πεντηκοστής εβδομάδα μέχρι την γιορτή των αγίων Αποστόλων και η άλλη από την 1^η έως την 15^η Αυγούστου¹⁴⁹. Αυτή η απόφαση μνημονεύεται αργότερα και από τον Αναστάσιο Σιναΐτη¹⁵⁰ και με αυτόν τον τρόπο πιστοποιείται η συμβολή του Νικηφόρου Κωνσταντινουπόλεως στην εισαγωγή της πριν την γιορτή της Κοίμησης της Θεοτόκου νηστείας. Μάλιστα, υπάρχει η παράδοση λιτάνευσης και προσκύνησης «των τιμών ξύλων» στην Κωνσταντινούπολη στα τέλη του Ιουλίου¹⁵¹, η οποία παράδοση πιστεύεται πως συνέβαλε στη διαμόρφωση της νηστίσιμης περιόδου πριν από την γιορτή της Κοίμησης της Θεοτόκου. Η νηστεία της Θεοτόκου δεν περιλαμβάνεται στις διατάξεις των κυριότερων τυπικών, δηλ. του Ιεροσολυμιτικού, Στουδιτικού¹⁵² και Αγιορείτικού¹⁵³, γι' αυτό και απουσιάζει και από το σύνολο των τότε τυπικών, τα οποία διαμορφώθηκαν με πρότυπο τα τρία παραπάνω. Το μοναδικό τυπικό στο οποίο υπάρχει σχετική με τη νηστεία της Κοίμησης της Θεοτόκου διάταξη είναι αυτό της μονής του Σωτήρος Χριστού στη Μεσσήνη Νοτίου Ιταλίας¹⁵⁴.

¹⁴⁹ J. B. Pitra, *Juris Ecclesiastici Graecorum historia et monumenta*, τ. II, Ρώμη 1868, σ. 320.

¹⁵⁰ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 584: «ἐνηστεύετο τοιγαροῦν ἡ τοιαύτη νηστεία τῶν ἁγίων Ἀποστόλων μέχρι τῆς κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου, ὑπὸ δὲ τῶν ἁγίων Πατέρων δι' οἰκονομίαν ἐξεκόπη».

¹⁵¹ J. Mateos, *Le Typikon de la Grande Eglise*, τ. I, [Orientalia Christiana Analecta], Roma 1962, σ. 356.

¹⁵² Ο.π., σ. 163-165. Παρόλο που στη *Διδασκαλία Χρονική της μονής του Στουδίου* περιλαμβάνεται στις νηστίσιμες περιόδους της Εκκλησίας και η νηστεία της Θεοτόκου, δεχόμαστε το παραπάνω ως μεταγενέστερη προσθήκη. Εξάλλου, αρχικά αναφέρονται τρεις νηστείες κατά το πρότυπο της αγίας Τριάδας και στη συνέχεια προστίθενται στις αρχικές και οι νηστείες που προηγούνται της γιορτής της υψώσεως του Τιμίου Σταυρού (=PG 99, 1696D) και τη γιορτής της Κοιμήσεως της Θεοτόκου (=PG 99, 1697A), οι οποίες μαρτυρούν μια μεταγενέστερη πράξη της μονής του Στουδίου.

¹⁵³ J. B. Pitra, *Juris Ecclesiastici Graecorum historia et monumenta*, τ. IV, Ρώμη 1868, σ. 449: «Ἀὐγούστου ᾗ: Τῶν ἁγίων Μακκαβαίων, ἀρχόμεθα τὴν νηστείαν τῆς Θεοτόκου». Ωστόσο, ο Νίκων Μαυρορείτης δεν αναφέρει πουθενά την παραπάνω μαρτυρία του αγιορείτικου τυπικού περί ενάρξεως της νηστείας της Θεοτόκου, παρόλο που υπήρξε καλός μελετητής και γνώστης της ισχύουσας κανονικής περί νηστείας παράδοσης. Οπότε πιθανότατα αποτελεί η παραπάνω αναφορά μεταγενέστερη προσθήκη. Σχετικά βλ. Θ. Ξ. Γιάγκου, *Κανονικολεειτουργικά I*, έκδ. «Δεδούστη», Θεσσαλονίκη 1996, σ. 259 (υποσημ. 131).

¹⁵⁴ M. Arranz, *Le Typikon du monastere du saint-Sauveur · Messine*, [Orientalia Christiana Analecta 185], Roma 1969, σ. 177.

Ο μοναχός Νίκωνας υπήρξε ο πρωταγωνιστής της καθιέρωσης της νηστείας της Κοίμησης της Θεοτόκου όχι μόνο στην επικράτεια του πατριαρχείου Αντιοχείας, αλλά και σε ολόκληρη την Εκκλησία¹⁵⁵. Ο λόγος του Ιωάννη μητροπολίτη Νικαίας, τον οποίο απευθύνει στον καθολικό της Μ. Αρμενίας Ζαχαρία¹⁵⁶ και έπειτα ο Τόμος της Ένωσης¹⁵⁷ καθιερώνουν τη νηστεία που προηγείται της Κοίμησης της Θεοτόκου. Κυρίως η δεύτερη μαρτυρία είχε αποκτήσει στη συνείδηση των ανθρώπων της εποχής εκείνης οικουμενικό χαρακτήρα, γι' αυτό και η διάταξη για τους τρίγαμους στην οποία μνημονεύεται και η νηστεία της Κοίμησης της Θεοτόκου πείθει ιδιαίτερα τον Νίκωνα¹⁵⁸.

Το επόμενο βήμα του Νίκωνα ήταν να ρωτήσει τον πατριάρχη Αντιοχείας Θεοδόσιο Γ' Χρυσοβέργη αν η νηστεία που προηγείται της Κοίμησης της Θεοτόκου έχει κανονικό περιεχόμενο. Η απάντηση του πατριάρχη είναι θετική και δίδεται η πληροφορία στον Νίκωνα πως στον Όλυμπο της Βιθυνίας η νηστεία πριν την γιορτή της Κοίμησης της Θεοτόκου τηρούνταν από τους εκεί μοναχούς. Επομένως, και ο πατριάρχης Αντιοχείας Θεοδόσιος Γ'

¹⁵⁵ M. Arranz, *Le Typikon du monastere du saint-Sauveur · Messine*, [Orientalia Christiana Analecta 185], Roma 1969, σ. 254.

¹⁵⁶ PG 132, 1200BC: «Ἐπὶν δὲ ἡμεῖς λέγωμεν πρὸς αὐτοὺς, ὅτι μήτε τῶν ἁγίων ἀποστόλων γραψάντων ταύτην (τὴν νηστείαν τοῦ Ἀρτζιβουρίου) νηστεύειν, μήτε τῆς ἐν Νικαία συνόδου, μήτε ἄλλου τινος ἁγίου, παρεκτὸς τῆς Τετράδος καὶ Παρασκευῆς καὶ τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς καὶ τῆς ἑβδομάδος τοῦ πάθους τοῦ Χριστοῦ καὶ τῆς του Χριστοῦ Γεννήσεως νηστείας καὶ τῶν ἁγίων ἀποστόλων καὶ τῆς Θεοτόκου». Ο παραπάνω λόγος λανθασμένα αποδίδεται από τον Migne στον καθολικό Ισαάκ. Βλ. Θ. Ξ. Γιάγκου, *Κανονικολειτουργικά Ι*, έκδ. «Δεδούση», Θεσσαλονίκη 1996, σ. 260 (υποσημ. 141).

¹⁵⁷ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 8: «Καὶ μετὰ τὸ τυχεῖν δὲ τῆς μεταλήψεως τῶν μυστηρίων, τρεῖς τοῦ ἐνιαυτοῦ μόνον ἀξιοθήσεται τῆς ἀπολαύσεως· ἅπαξ μὲν, ἐν τῇ σωτηρίῳ τοῦ Χριστοῦ καὶ Θεοῦ ἡμῶν Ἀναστάσει, δεύτερον δὲ ἐν τῇ Κοιμήσει τῆς ἀχράντου Δεσποίνης ἡμῶν Θεοτόκου, καὶ τρίτον ἐν τῇ γενεθλίῳ ἡμέρᾳ Χριστοῦ τοῦ Θεοῦ ἡμῶν, διὰ τὸ καὶ ἐν ταύταις προηγεῖσθαι νηστείαν καὶ τὸ ἐκ ταύτης ὄφελος».

¹⁵⁸ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 591: «...τὴν τῆς ὑπερενδόξου Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου νηστείαν, εἰς τὸ Συνοδικὸν ἐν τῷ ἐπιτιμίῳ τῶν τριγᾶμων ἀναφέρει ταύτην».

Χρυσοβέργης συνέβαλε με τον τρόπο του στην καθιέρωση της νηστείας της Θεοτόκου.

Μετά από αυτήν την επιβεβαίωση ανοίγει πλέον ο δρόμος για τον Νίκωνα και ο ίδιος με ζήλο προτρέπει τους μοναχούς στην τήρηση της εν λόγω νηστείας. Στο Κανονάριο-Τυπικό που ο ίδιος συνέταξε αφιερώνει ξεχωριστό κεφάλαιο στη νηστεία του Αυγούστου, προσδίδοντας σε αυτήν ιδιαίτερη σημασία. Μετά την πτώση της Αντιόχειας στους Σελτζούκους Τούρκους έγραψε ο Νίκων την επιστολή «*Πρὸς τὸν αἰτησάμενον περὶ τὴν τῆς ὑπερενδόξου Θεοτόκου νηστείαν*», για την οποία ζήτησε να λάβει και την έγκριση από την πατριαρχική σύνοδο της Αντιόχειας. Η σύνοδος μέσω του Σακελλίωνος Συμεών απάντησε στο Νίκωνα και αποδεχόμενη τη νηστεία της Θεοτόκου επανέλαβε τη θέση του πατριάρχη Θεοδόσιου Γ΄ Χρυσοβέργη υπέρ αυτής¹⁵⁹.

Αφού είχε ήδη διαδοθεί η νηστεία της Κοίμησης της Θεοτόκου στην Αντιόχεια χάρη στις ενέργειες του Νίκωνα Μαυρορείτη, ορισμένοι αγιορείτες μοναχοί έθεσαν ερώτηση σχετικά με τη νηστεία του Αυγούστου στη σύνοδο της Κωνσταντινούπολης του 1180 επί των ημερών του αγιοτάτου πατριάρχου Νικολάου Γ΄ και του βασιλιά Αλεξίου του Κομνηνού. Ο πατριάρχης και η σύνοδος περιέβαλαν τη νηστεία της Θεοτόκου με κανονική ισχύ¹⁶⁰. Στην ερώτηση αν πρέπει να τηρείται η νηστεία του Αυγούστου, η απάντηση που

¹⁵⁹ Σ, φ. 151β· «ὅσα ἐν τῇ ἐπιστολῇ διέλαβεν καλῶς καὶ θαυρέστως περὶ τῆς νηστείας ἔγραψας, Ἐγένετο δὲ περὶ αὐτῆς λόγος καὶ ἐπὶ τοῦ μακαρίτου πατριάρχου τοῦ μεγάλου φωστῆρος τῆς Ἐκκλησίας (Θεοδοσίου Γ΄ Χρυσοβέργη) καὶ προσέταξεν φυλάττεσθαι αὐτὴν ὡς παρὰ τῶν ἁγίων πατέρων παραδοθεῖσαν καὶ παρὰ τῆς ἁγίας συνόδου τῆς Ἐνώσεως ὡς ἔγραψας μνημονευθεῖσαν καὶ ταῖς λοιπαῖς συναριθμείσαν».

¹⁶⁰ J. Oudot, *Patriarchatus Constantinopolitani Acta Selecta*, [Sacra Congregazione per la Chiesa Orientale. Codificazione Canonica Orientale. Fonti, Serie II, Fasc.III], Ρώμη 1941, σ. 14· «Ἡ πρὸ τῆς Κοιμήσεως νηστεία ἐξ' ἀνάγκης παραδεδομένη ἐστὶν καὶ οἱ πολλοὶ καὶ ἀκριβέστεροι φυλάττουσι ταύτην· πλὴν ὕστερον ἐπὶ τῶν ἡμερῶν τοῦ φιλοσόφου κύρου Λέοντος τῆς ἐορτῆς τῆς Μεταμορφώσεως ἐφευρεθείσης καὶ κατὰ ταύτας δὴ τὰς ἡμέρας, τῆς νηστείας φημί, παρ' ἐκείνου τυπωθείσης, ἐδράξαντο τίνες τῶν φιληθόνων ἀφορμῆς καὶ ὡς δῆθεν τὴν του Σωτῆρος τιμῶντες γιορτὴν, ἐσθίουσι τὰ κρέα· πλὴν οὖν ἡ ἀκρίβεια νηστείαν προστάσσει».

δόθηκε είναι η εξής: «Ἦν ἡ νηστεία πρότερον ἐν τῷ καιρῷ τούτῳ· μετετέθη δὲ διὰ τὸ μὴ περιπίπτειν ταῖς κατὰ τὸν καιρὸν τοῦτον γενομέναις ἔθνικαῖς νηστείαις. Πλὴν καὶ ἔτι πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων ταύτην τὴν νηστείαν νηστεύουσι»¹⁶¹. Λαμβάνοντας υπόψη τις στενές σχέσεις της Αντιόχειας με τὸ Ἅγιο Ὄρος κατὰ τὸν 1^ο αἰῶνα, μπορούμε νὰ δεχτοῦμε πὼς τὸ ενδιαφέρον τῶν αγιορειτῶν μοναχῶν αναφορικὰ με τὴ νηστεία τοῦ Αυγούστου προκλήθηκε ἀπὸ τὸ ἀντίστοιχο πὼς ἐπέδειξαν οἱ Αντιοχεῖς με πρωτοστάτη τὸ μοναχὸ Νίκωνα¹⁶². Ἐρμηνεύοντας ὁ Θεόδωρος Βαλσαμῶν τὴν παραπάνω συνοδικὴ ἀπάντηση ἀναφέρει χαρακτηριστικὰ πὼς «ἀναγκαζόμεθα ἔπεσθαι τῇ ἀγράφῳ ἐκκλησιαστικῇ παραδόσει»¹⁶³, σύμφωνα με τὴν ὁποία προηγείται νηστεία δεκαπέντε ἡμερῶν πρὶν τὴν γιορτὴ τῆς Κοίμησης τῆς Θεοτόκου.

Σύμφωνα με τὸν Θεόδωρο Βαλσαμῶνα ἡ νηστεία πρὶν τὴν γιορτὴ τῆς Κοίμησης τῆς Θεοτόκου διαιρεῖται σὲ δύο τμήματα, δηλαδὴ στὴ νηστεία τῆς γιορτῆς τῆς Μεταμόρφωσης τοῦ Σωτήρος ἀπὸ τὴν 1^η ἕως τὴν 6^η τοῦ Αυγούστου καὶ ἀπὸ τὴν 7^η ἕως τὴν 15^η Αυγούστου στὴ νηστεία τῆς Κοίμησης τῆς Θεοτόκου¹⁶⁴, τὰ ὁποῖα στὴ συνέχεια συγχωνεύθηκαν σὲ μία ἐνιαία περίοδο νηστείας¹⁶⁵.

¹⁶¹ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 419-420 (=PG 138, 940D-944A). Πρβλ. V. Grumel, *Les Regestes des actes du Patriarcat de Constantinople, Vol. I, Fasc. III.*, [Socii Assumptionistae Chalcedonenses], Paris 1947, σ. 134 (αριθμ. 1089).

¹⁶² Βλ. Θ. Ξ. Γιάγκου, *Κανονικολεειτουργικά I*, ἐκδ. «Δεδοῦση», Θεσσαλονίκη 1996, σ. 264.

¹⁶³ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 419.

¹⁶⁴ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ', σ. 420, 488, 573-574.

¹⁶⁵ Πρβλ. Κων. Γ. Πιτσάκη, «<Κωνσταντίνου Ἀρμενοπούλου;> Ἀνέκδοτη «πραγματεία» περὶ νηστειῶν», *Ἐπετηρίδα τοῦ Κέντρου Ἐρεύνης τῆς Ἱστορίας τοῦ Ἑλληνικοῦ Δικαίου τῆς Ἀκαδημίας Ἀθηνῶν* 18 (1971) 236-238, ὅπου παρουσιάζεται μιὰ ἄλλη παράδοση περὶ τῆς σύνδεσης τῆς νηστείας τῆς Κοιμήσεως τῆς Θεοτόκου με αὐτὴν τῶν Χριστουγέννων.

4.3. Γενική επικράτηση της νηστείας των «μικρών τεσσαρακοστών»

Γύρω στο 1170 ο πατριάρχης Αλεξανδρείας Μάρκος στέλνει επιστολή στον πατριάρχη Αντιοχείας Θεόδωρο Βαλσαμόνα στην οποία διατυπώνει την ερώτηση εάν «αί νηστεΐαι τῆς ἑορτῆς τῶν ἁγίων Ἀποστόλων καὶ τῆς του Χριστοῦ Γεννήσεως καὶ τῆς Κοιμήσεως τῆς ἁγίας Θεοτόκου, καὶ τοῦ Σωτῆρος, ἀπαραίτητοί εἰσιν ἢ συγχωρητέαι καὶ ἀδιάφοροι»¹⁶⁶. Στην απάντηση λαμβάνεται υπόψη η σχετική με τη νηστεία του Αυγούστου απάντηση της συνόδου της Κωνσταντινούπολης ἐπὶ πατριάρχου Νικολάου Α΄ πως «ἔτι πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων ταύτην τὴν νηστεΐαν νηστεύουσιν», καθώς και η απόφαση του «Τόμου της Ἐνώσεως» για ὑπαρξη περιόδου νηστείας πριν τις συγκεκριμένες γιορτές κατὰ τις οποίες επιτρέπεται στους τρίγαμους η θεία Κοινωνία. Στη συνέχεια αναφέρεται πως «ἔξ ἀνάγκης προηγοῦνται νηστεΐαι πρὸ τῶν τεσσάρων τούτων ἑορτῶν....πλὴν ἑπταήμεροι (μία γὰρ τεσσαρακονθήμερος νηστεία ἐστίν, ἢ του ἁγίου καὶ μεγάλου Πάσχα)»¹⁶⁷. Ωστόσο, η διάρκεια των παραπάνω γιορτῶν μπορεί να επεκταθεῖ ἀνάλογα με τη βούληση του καθενός¹⁶⁸. Στην περίπτωση που κάποιος δεν τηρήσει τις νηστείες που προηγούνται αὐτῶν των γιορτῶν, επιτιμᾶται¹⁶⁹.

Ο ἴδιος πατριάρχης Αντιοχείας στην *Επιστολή περὶ νηστειῶν*, την οποία απευθύνει προς τους Αντιοχείς, αναφέρει πως «μετὰ νηστειῶν ἑορτάζειν ὀφείλομεν οὐ μόνον τὴν κοσμοσωτήριον τοῦ Κυρίου Ἀνάστασιν, ἀλλὰ καὶ τὰς ῥηθειῆσας τέσσαρας ἑορτάς, τῶν ἁγίων Ἀποστόλων, φημί, τῆς Μεταμορφώσεως, τῆς Κοιμήσεως τῆς ἁγίας Θεοτόκου καὶ τῶν Γενεθλίων

¹⁶⁶ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 488.

¹⁶⁷ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 488.

¹⁶⁸ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 488· «Εἰ δὲ τις καὶ πλέον τῶν ἑπτὰ ἡμερῶν κατὰ τὴν γιορτὴν τῶν Ἁγ. Ἀποστόλων καὶ κατὰ τὴν γιορτὴν τῆς Γεννήσεως τοῦ Χριστοῦ, νηστεύει, ἢ ἔκοντι ἢ ἀπὸ κτητορικου τυπικοῦ συνωθούμενος, οὐ καταισχυνηθήσεται».

¹⁶⁹ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 488· «Οἱ γοῦν μὴ νηστεύοντες πρὸ ἐκάστης τῶν τεσσάρων ἑορτῶν κατὰ τὸ πάντη ἀπαραίτητον δι' ἐπιτιμίων μεγάλων διορθωθήσονται».

του Χριστού και Θεοῦ ἡμῶν»¹⁷⁰. Η απάντηση του Βαλσαμόνα στηρίζεται στους αποστολικούς και συνοδικούς κανόνες, στις διατάξεις του Ιεροσολυμιτικού και Στουδιτικού τυπικού, στον Τόμο της Ένωσης και στην απόφαση της συνόδου της Κωνσταντινούπολης επί πατριαρχίας Νικολάου Α΄. Στην ίδια επιστολή παραλληλίζονται οι κυριότερες γιορτές των Ισραηλιτών με αυτές των Χριστιανών και παρουσιάζονται οι πρώτες ως τύποι και σκιές των δεύτερων. Έτσι, η γιορτή του Αμνού υποτυπώνει το μέγα και άγιο Πάσχα, η γιορτή των Εβδομάδων την αγία Πεντηκοστή, η γιορτή της Σκηνοπηγίας την γιορτή της Κοίμησης της Θεοτόκου, η γιορτή του Ιλασμού την γιορτή της Μεταμόρφωσης και η γιορτή των Σαλπίγγων την γιορτή των Χριστουγέννων. Στη συνέχεια ορίζεται νηστεία πριν τις παραπάνω γιορτές, η οποία διαρκεί μ΄ ημέρες πριν την γιορτή του μεγάλου Πάσχα και τη γενέθλια ημέρα του Χριστού, επτά ημέρες πριν τις γιορτές της Μεταμόρφωσης και της Κοίμησης της Θεοτόκου, ενώ μετά την γιορτή των αγίων Πάντων ακολουθεί νηστεία μέχρι την γιορτή των αγίων Αποστόλων, της οποίας η διάρκεια είναι ανάλογη της σύμπτωσης του Πάσχα¹⁷¹.

¹⁷⁰ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 567.

¹⁷¹ Γ. Ράλλη- Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. Δ΄, σ. 565-579.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

- Οι ιστορικές πηγές που αναφέρονται στη νηστεία των μεταχριστιανικών χρόνων εντοπίζονται σε συγγράμματα της εκκλησιαστικής γραμματολογίας, κανόνες Οικουμενικών, τοπικών και πατριαρχικών συνόδων, μοναστηριακά τυπικά και επιστολογραφία πατριαρχών και ιεραρχών της Ορθοδόξου Εκκλησίας.
- Οι νηστείες της Μ. Τεσσαρακοστής και των ημερών της Τετάρτης και Παρασκευής έχουν αποστολική προέλευση και αποτελούν τις αρχαιότερες επίσημα θεσπισμένες περιόδους νηστείας.
- Οι «μικρές τεσσαρακοστές» πριν τις γιορτές των Χριστουγέννων, των Αποστόλων και της Κοίμησης της Θεοτόκου αποτελούν μεταγενέστερες νηστίσιμες περιόδους, στη διαμόρφωση των οποίων συντέλεσε η άνθηση του μοναχισμού.
- Μέχρι τον 17^ο αιώνα και μετά από τις ανάλογες ζυμώσεις έχουν πλέον καθοριστεί και παγιωθεί οι νηστίσιμες περίοδοι.
- Χαρακτηριστικό γνώρισμα των θεσπισμένων νηστειών αποτελεί η κατά τόπους και είδος ποικιλία και όχι η ομοιομορφία.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Αθανασίου Μέγα, *Ἀπολογία περὶ τῆς φυγῆς αὐτοῦ*, PG 25, 644-680B.
- Αλιβιζάτου Α. Σ., *Τὸ αἷτιον τῶν περὶ τοῦ Πάσχα ἐρίδων*, Ἀθῆναι 1911.
- Ανωνόμου, «Νηστεία», *Νεώτερον Εγκυκλοπαιδικόν Λεξικόν*, τ. 14, έκδ. εγκυκλοπαιδική επιθεώρηση «Ἡλιος», Ἀθῆναι α.χ., σ. 421-422.
- Arranz M., *Le Tyrikon du monastère du saint-Sauveur á Messine*, OCA185, Ρώμη 1969.
- Arbesmann, R., «Das Fasten bei den Griechen und Römern», *RVV* 21 (1929) 4.
- Arbesmann, R., «Fasten», *RACh* 7 (1969) 447-493.
- Βακάρου Δημητρίου, «Ἡ θεολογία της νηστείας», *Γρηγόριος ο Παλαμάς* 72 (1989) 347-383.
- Bammel F., «Fasten», *RGG* 2 (1958) 881-886.
- Βασιλείου Μέγα, *Περὶ νηστείας, Ὁμιλίαι Α'-Β*, PG 31, 164A-197C.
- Βατάλη Δ., «Νηστεία», *MEE* 18 (1957) 263-264.
- Benešević V., «Taktikon Nikona Černogorca. Grečeskij tekst po rukopisi No 441 Sinajskago monastyrja sv. Jekateriny», *Zapiski Ist-Filol. Fakulteta Petrogradskago Universiteta* 139, Πετρούπολη 1917 (φωτοαναστ. έκδ. Hildesheim 1965), σ. 1-120. (= V. Benešević, *Taktikon Nikona*).
- Behm J., «Νῆστις, νηστεύω, νηστεία» *ThWNT* 4 (1933) 924-935.
- Χρήστου Π. Κ., «Ἡ μονὴ τῆς ὑπεραγίας Θεοτόκου τῆς Εὐεργέτιδος», *Ἄναφορὰ εἰς μνήμην Μητροπολίτου Σάρδεων Μαξίμου 1914-1986*, τ. Ε', Γενεύη 1989, σ. 261-276.
- Διαταγαὶ τῶν Ἀποστόλων*, PG 1, 556-1156.

- Διδαχὴ τῶν Δώδεκα Ἀποστόλων, ΒΕΠΕΣ, τ. 2, έκδ. Αποστολική Διακονία της Ελλάδος, Ἀθῆναι 1995, σ. 211-220.
- Dmitrievskij ΑΙ., *Opisanie liturgičeskich rukopisej*, τ. Ι, Κίεβο 1895, τ. ΙΙΙ, Πετρούπολη 1917 (φωτοαναστ. έκδ. Hildesheim 1965). (=ΑΙ. Dmitrievskij, *Opisanie*, τ. Ι/ τ. ΙΙΙ).
- Δυοβουνιώτη Κ., «Νηστεία», *MEE* 18 (1957) 264-265.
- Επιφανίου Κύπρου, *Λόγος περί πίστεως*, PG 42, 773-832.
- Ευσεβίου Καισαρείας, *Εκκλησιαστική Ιστορία*, PG 20, 45Α-906.
- Ευσεβίου Καισαρείας, *Περὶ τῆς τοῦ Πάσχα ἑορτῆς*, PG 24, 693Α-705D.
- Φειδά Βλασίου Ιω., «Νηστεία», Ἀναφορὰ εἰς μνήμην Μητροπολίτου Σάρδεων Μαξίμου 1914-1986, Ιερά Μητρόπολις Ελβετίας, τ. Ε΄, Γενεύη 1989, σ. 57-95.
- Galatariotou C., «Byzantine Ktitorika Typika. A comparative study», *REB* 45 (1987) 77-138.
- Gautier P., «Le typikon de la Theodokos Evergetis», *REB* 40 (1982) 5-101.
- Gerlitz P., «Fasten/Fasttage Ι», *TRE* (1983) 42-43.
- Gerlitz P., «Fasten», *LThK* 3 (1995) 1190-1191.
- Γεωργοπούλου Δ., *Τὸ νόημα τῆς νηστείας κατὰ τὴν Ἁγίαν Γραφήν καὶ τοὺς Πατέρες τῆς Ἐκκλησίας*, Ἀθῆναι 1964.
- Γιάγκου Θ. Ξ., *Κανονικολειτουργικά Ι*, έκδ. Γ. Δεδούση, Θεσσαλονίκη 1996.
- Γιάγκου Θ. Ξ., *Νίκων ο Μαυρορείτης. Βίος - συγγραφικόν ἔργο - κανονική διδασκαλία*, Θεσσαλονίκη 1991.
- Γιάγκου Θ. Ξ., *Κανόνες και Λατρεία*, έκδ. Γ. Δεδούση, Θεσσαλονίκη 2001.
- Γουδὴ Δ., *Τά μυστήρια της Ελευσίνας*, έκδ. «Δημιουργία», Αθήνα 1990.

- Grumel V., *Les Regestes des actes du Patriarcat de Constantinople*, Vol. I, Fasc. III [Socii Assumptionistae Chaicedonenses], Paris 1947 .
- Grumel V., «Le Jeûne de l' Assomption dans l' Eglise grecque. Etude historique», *EO* 32 (1933) 162-194.
- Grün Anselm, «Fasten», *EKITE* 1 (1986) 1274.
- Grün Anselm, «Fasten», *LThK* 3 (1995) 1190-1191.
- Guthrie Jr H., «Fast, Fasting», *IDB* 2 (1962) 241-244.
- Holzner J., *Πάυλος*, μτφρ. αρχιεπ. Ιερωνύμου, έκδ. «Η Δαμασκός», Ἀθήναι 1979.
- Ιωάννου Δαμασκηνού, *Περὶ τῶν ἀγίων νηστειῶν ἐπιστολὴ πρὸς Κομηταν*, PG 95, 64A-77C.
- Ιωάννου Χρυσοστόμου, Ὁμιλία εἰς τὸν μακάριον Φιλογόνιον, PG 48, 747- 755.
- Ιωάννου Χρυσοστόμου, Ὁμιλία εἰς τὴν γενέθλιον ἡμέραν τοῦ Σωτῆρος, PG 49, 351-362.
- Ιωσηφίδη Σ., *Διατύπώσεις τῶν Νηστειῶν ἀπὸ ἱστορικῆς καὶ κανονικῆς ἐπόψεως*, έκδ. Πατριαρχικοῦ τυπογραφείου, Κωνσταντινούπολις 1909.
- Καρβέλα Γ. Ι., «Τα Ελευσίνια Μυστήρια», *MEE* 9 (1957) 937-940.
- Καψάλη Γ.Δ., «Θεσμοφóρια», *MEE* 12 (1957) 590-591.
- Κλήμεντος Αλεξανδρέως, *Στρωματεῖς, Λόγοι Α'-Η'*, PG 8, 685A- PG 9, 601B.
- Κονιδάρη Ι. Μ., *Νομικὴ θεώρηση των μοναστηριακῶν Τυπικῶν*, Αθήνα 1984.
- Κούτσα Συμεών, *Η νηστεία της Εκκλησίας*, έκδ. Αποστολική Διακονία, Αθήνα ⁵1995.
- Μακρὴ Σπ., «Νηστεία», *ΘΗΕ* 9 (1966) 448-450.
- Μανάφη Κ., *Μοναστηριακά Τυπικά - Διαθήκαι. Μελέτη φιλολογικῆ*, Ἀθήναι 1970.

- Μάρκου Ερημίτη, *Περί νηστείας*, PG 65, 1109D-1117A.
- Mateos J., *Le typikon de la Grande Eglise*, τ. I-II, OCA, Ρώμη 1963.
- Ματσούκα Ν., *Ιστορία της Φιλοσοφίας*, έκδ. Π. Πουρναρά, Θεσσαλονίκη 1981.
- Meyer Ph., *Die Haupturkunden für die Geschichte der Athos-Klöster*, Λειψία 1894 (ανατ. Amsterdam 1965).
- Μπακογιάννη Βασιλείου, *Νηστεία βασίλισσα των αρετών*, έκδ. «Θαβώρ», Πάτρα 2000.
- Oudot J., *Patriarchatus Constantinopolitani Acta Selecta I*. [Sacra Congregazione per la Chiesa Orientale. Codificazione Canonica Orientale. Fonti, Serie II, Fasc.III], Ρώμη 1941.
- Παπαδοπούλου Ιω., «Βιολογική και ηθική έννοια της νηστείας», *Εκκλησία* 40 (1963) 129-132.
- Pitra J. B., *Juris Ecclesiastici Graecorum historia et monumenta*, τ. I-II, Ρώμη 1868.
- Pitra J. B., *Spicilegium Solesmense Scriptorum Ecclesiasticorum Anecdota Hactenus Opera Selectae Graecis Orientalibusque et Latinis Codicibus*, τ. IV, Paris 1858 (φωτοαναστ. έκδ. Academische Druck-V. Verlagsanstalt 1966). (=J. B. Pitra, *Spicilegium*, τ. IV).
- Πιτσάκη Κων. Γ., «<Κωνσταντίνου Αρμενοπούλου; >Ανέκδοτη «πραγματεία» περί νηστειών», *Επετηρίδα του Κέντρου Ερεύνης της Ιστορίας του Ελληνικού Δικαίου της Ακαδημίας Αθηνών* 18 (1971) 234-238.
- Ράλλη Γ.-Ποτλή Μ., Σύνταγμα τῶν θείων καὶ ἱερῶν κανόνων τῶν τε ἁγίων καὶ πανευφήμων Ἀποστόλων καὶ τῶν ἱερῶν Οἰκουμενικῶν Συνόδων καὶ τῶν κατὰ μέρος ἁγίων Πατέρων ἐκδοθὲν σὺν πλείσταις ἄλλαις τὴν ἐκκλησιαστικὴν κατάστασιν διεπούσαις διατάξεσι μετὰ τῶν ἀρχαίων

ἔξηγητῶν καὶ διαφορῶν ἀναγνωσμάτων τ. I-VI, [Ἀθήνησιν 1852-1859 (φωτοαναστ. ἐκδ. Ἀθήναι 1966). (=Γ. Ράλλη – Μ. Ποτλή, *Σύνταγμα*, τ. I-VI).

Ρίσπεν Ζ., *Μεγάλη Ἑλληνικὴ Μυθολογία*, μτφρ. Κοσμὰ Πολίτη, τ. 2, ἐκδ. οἶκος «Αυλός».

Ροδόπουλου Παντελεήμονος, *Μαθήματα Κανονικοῦ Δικαίου*, Θεσσαλονίκη 1980.

Silberman L. H., «Fasten», *BHH* 1 (1962) 5, 22, PG 67, 633465-466.

Σιώτου Μ, «Ἐρμηνεῖα εἰς τὴν ἐπὶ τοῦ Ὁρους ὁμιλίαν», *Ορθόδοξος Ἐπιστοασία* 20 (1974) 3, 10, 18, 26, 34, 42, 50, 58, 66.

Στεφανίδη Βασιλείου, *Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, ἐκδ. «Ἀστήρ», Ἀθήναι 1948.

Στοιγιάννου Β. Π., *Ἡ Ἀποστολικὴ Σύνοδος*, Θεσσαλονίκη 1973.

Σωκράτους, *Ἐκκλησιαστικὴ Ἱστορία*, PG 67, 633

Theodori Studitae, *Epistulae*, *Corpus Fontium Historiae Byzantinae* τ. I-II, ἐκδ. G. Fatouros, Βερολίνο 1991.

Τρεμπέλα Π., *Υπόμνημα εἰς τό κατά Μάρκον Ἐυαγγέλιον*, ἐκδ. «Ζωή», Θεσσαλονίκη 1951.

Τρεμπέλα Π., *Υπόμνημα εἰς τό κατά Λουκάν Ἐυαγγέλιον*, ἐκδ. «Σωτήρ», Ἀθήναι 1972.

Vereno M., «Fasten», *LThK* 4 (1960) 32-33.

Willi T., «Fasten/Fasttage», *NBL* 1 (1991) 660-661.

Ζήση Θεοδώρου, *Εἰσαγωγή στον Πλάτωνα*, ἐκδ. Ἀδελφῶν Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη 1989.



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ
ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ



004000085783