Η ΑΓΙΑ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ

Ἡ πορεία τοῦ χριστιανοῦ.

Ὅταν κάποιος ξεκινάει γιά ἕνα ταξίδι, θά πρέπει νά γνωρίζει ποῦ πηγαίνει. Αὐτό συμβαίνει καί μέ τήν Μεγάλη Σαρακοστή. Ἡ Μεγάλη Σαρακοστὴ εἶναι ἕνα πνευματικό ταξίδι, πού ἔχει γιά προορισμό του τό Πάσχα.

Τό Πάσχα εἶναι τό κέντρο τῆς λειτουργικῆς ζωῆς τῆς Ἐκκλησίας μας. Εἶναι ἡ πρόγευση τῆς αἰώνιας χαρᾶς πού μᾶς περιμένει. Πῶς ὅμως μποροῦμε νά μετανοήσουμε καί νά ξαναγυρίσουμε στήν ὑπόσχεση, πού μᾶς δίνεται κάθε χρόνο τό Πάσχα; Ἀκριβῶς τήν στιγμή αὐτή ἐμφανίζεται ἡ Μεγάλη Σαρακοστή. Αὐτή εἶναι ἡ «χεῖρα βοηθείας» πού ἁπλώνει σ᾽ ἐμᾶς ἡ Ἐκκλησία. Εἶναι τό σχολεῖο τῆς μετανοίας, πού θά μᾶς δώσει δύναμη νά δεχθοῦμε τό Πάσχα ὄχι σάν μία ἁπλὴ εὐκαιρία γιά νά φᾶμε, νά πιοῦμε, νά ἀναπαυτοῦμε, ἀλλά νά ποῦμε ἕνα ὄχι στόν «παλαιὸ ἄνθρωπο» πού βρίσκεται μέσα μας καί ἕνα ναί στήν «νέα ζωὴ».

Στήν ἀρχαία Ἐκκλησία ὁ βασικὸς σκοπός τῆς Σαρακοστῆς ἦταν νά προετοιμαστοῦν οἱ «Κατηχούμενοι», δηλαδὴ οἱ νέοι ὑποψήφιοι χριστιανοί, γιά τό βάπτισμα. Τήν ἐποχὴ ἐκείνη τό βάπτισμα τῶν Κατηχουμένων γινόταν στήν διάρκεια τῆς ἀναστάσιμης θείας

Λειτουργίας. Ἀλλὰ ἀκόμα καί τώρα πού ἡ Ἐκκλησία δέν βαπτίζει τούς χριστιανοὺς σέ μεγάλη ἡλικία καί ὁ θεσμός τῆς Κατηχήσεως δέν ὑπάρχει πιά, τό βασικό νόημα τῆς Σαρακοστῆς παραμένει το ἴδιο. Ἄν καί εἴμαστε βαπτισμένοι, ἐκεῖνο πού συνεχῶς χάνουμε εἶναι ἐκεῖνο ἀκριβῶς πού πήραμε στό βάπτισμα, δηλαδή «τήν νέα ζωή», ἡ ὁποία πραγματοποιεῖται μέ τά ἱερά Μυστήρια τοῦ Βαπτίσματος, τοῦ Χρίσματος καί τῆς θείας Κοινωνίας. Μ᾽ αὐτά ὁ ἄνθρωπος γεννιέται, μορφοποιεῖται καί συνάπτεται μέ τόν Σωτήρα του. Εἰδικά, μέ τό πρῶτο μυστήριο,τό Βάπτισμα, ὁ ἄνθρωπος εἰσάγεται στήν ζωή. Τό χρίσμα, στήν συνέχεια, προσφέρει τήν κατάλληλη ἐνέργεια γι᾽ αὐτή τήν ζωή. Τέλος, ἡ θεία Εὐχαριστία συντηρεῖ καί διατηρεῖ τήν ζωή. Καί τά τρία δημιουργοῦν σχέση υἱοθεσίας καί φιλίας μεταξύ τῶν ἀνθρώπων καί τοῦ Θεοῦ, καταργώντας μιά γιά πάντα τήν δουλική σχέση. Μέ τήν συμμετοχή σ᾽ αὐτά ἐξευτελίζεται ὁ διάβολος κι ἐγκαινιάζεται ἀγαπητική σχέση μέ τόν Χριστό. Ἡ Σαρακοστή, λοιπόν, εἶναι ἡ προετοιμασία γιά νά ἐπιστρέψουμε στήν «νέα ἐν Χριστῷ ζωή».

Πῶς θά διαφυλάξουμε τήν ἐν Χριστῷ ζωή πού λάβαμε ἀπό τά μυστήρια;

Ὁ ἄνθρωπος παίρνει μέ τά Μυστήρια τό δῶρο τῆς ζωῆς. Ἀλλά, γιά νά συνεχίσει νά ζεῖ, χρειάζεται νά καταβάλει καί προσωπική προσπάθεια: εἶναι ἀνάγκη νά τηρεῖ τίς ἐντολές τοῦ Χριστοῦ ὡς ρυθμιστικό παράγοντα τῆς ἐπίγειας ζωῆς του, νά προσέχει ἀκοιμήτως, νά προσεύχεται ἀδιαλείπτως, νά μελετᾶ τόν λόγο τοῦ Θεοῦ συνεχῶς. Κι ὅλα τοῦτα, γιά νά ἐλέγχει τούς λογισμούς καί τίς ἐπιθυμίες του. Γιατί ὁ ἄνθρωπος, ἁμαρτάνοντας, γίνεται ἀχρεῖος ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ ἀλλά καί τοῦ ἑαυτοῦ του. Πρότυπο τοῦ κάθε πιστοῦ ἄς εἶναι μονίμως ὁ Χριστός, γιά νά μπορεῖ νά ἐπιδίδεται στήν ἄσκηση τῆς ἀρετῆς καταξιώνοντας τόν ἑαυτό του κι ἀφθαρτίζοντάς τον.

Πῶς καί πότε ἡ νηστεία πρό τοῦ Πάσχα ἐξελίχτηκε σέ σαράντα ἡμέρες;

Η νηστεία τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς, μαζί μέ τήν νηστεία τῆς Τετάρτης καί τῆς Παρασκευῆς, εἶναι οἱ ἀρχαιότερες καί μόνες νηστεῖες, πού ἔχουν καί οἰκουμενική κάλυψη, δηλαδή ἐπικυρώθηκαν μέ Κανόνες Οἰκουμενικῶν Συνόδων (ξθ΄ κανόνας τῶν Ἁγίων ᾽Αποστ., ε΄ κανόνας τῆς Α΄ Οἰκουμενικῆς Συνόδου, β΄, κθ΄ καί πθ΄ τῆς ΣΤ΄ Οἰκουμενικῆς Συνόδου). Οἱ λοιπές καθιερωμένες νηστεῖες τοῦ ἔτους, βασίζονται στήν ἱερή Παράδοση τῆς ᾽Εκκλησίας μας, πού καί αὐτή εἶναι ἰσότιμη, ἰσχυρή καί ἔγκυρη. ΄Η νηστεία τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς ἀνάγεται ἤδη στούς Ἀποστολικούς χρόνους καί θεσμοθετήθηκε κατά μίμηση τῆς σαραντάμερης νηστείας τοῦ Κυρίου μας (Ματθ. δ΄, 2), καθώς καί τῶν σαραντάμερων νηστειῶν τῶν προφητῶν Μωυσέως (᾽Εξοδ. λδ΄, 28) καί

᾽Ηλιού (Γ΄ Βασ. ιθ΄ 8).Ἡ Μεγάλη Σαρακοστή προκειμένου νά πάρει τήν τελική της μορφή, πού ἔχει σήμερα, πέρασε ἀπό πολλά μεταβατικά στάδια. Κατά μία ἄποψη: Ὑπῆρχε νηστεία πρό τοῦ Πάσχα, πού ξεκίνησε ἀπό μία ἡμέρα, ἔγινε στήν συνέχεια δύο ἡμέρες καί κατέληξε στίς ἕξι ἡμέρες (Μεγάλη ῾Εβδομάδα). Ὑπῆρχε ὅμως καί μιά ἄλλη νηστεία, πού δέν εἶχε καμία σχέση μέ τήν νηστεία πρό τοῦ Πάσχα καί ἀναφερόταν στήν σαραντάμερη νηστεία τοῦ Χριστοῦ στήν ἔρημο μετά τήν Βάπτισή του. Αὐτή ἡ δεύτερη νηστεία ἦταν συνδεδεμένη μέ τά Θεοφάνεια καί ἄρχιζε στίς 7 Ἰανουαρίου. Οἱ δύο αὐτές νηστεῖες συγχωνεύτηκαν καί ἀποτέλεσαν μία νηστεία. Ἡ συγχώνευση τῶν δύο νηστειῶν ἔγινε μέ τήν ἐπίδραση τοῦ θεσμοῦ τῶν κατηχουμένων, οἱ ὁποῖοι προετοιμάζονταν πρίν τό Πάσχα, γιά νά βαπτισθοῦν. Σύφωνα μέ ἄλλη ἄποψη: Ἡ νηστεία πρό τοῦ Πάσχα, σέ συνδυασμὸ μέ τήν προετοιμασία τῶν κατηχουμένων γιά τό βάπτισμά τους, κατά τήν νύκτα τοῦ Μεγάλου Σαββάτου, στήν Παννυχίδα – ἀγρυπνία τοῦ Πάσχα, ἐπεκτάθηκε καί ἔγινε τελικά ὁ χρόνος τῆς νηστείας σαράντα ἡμέρες. Κατά τόν 4ο μέ 5ο αἰώνα, ἡ νηστεία πρό τοῦ Πάσχα ὀνομάστηκε Τεσσαρακοστή καί πῆρε καθολικό χαρακτήρα.

Πῶς ὑπολογίζονται οἱ 40 ἡμέρες τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς;

Η περίοδος διάρκειας καί ὁ τρόπος ὑπολογισμοῦ τῶν ἡμερῶν τῆς Σαρακοστῆς, μέχρι νά πάρει τήν τελική της μορφή, πού ἔχει σήμερα, πέρασε ἀπό πολλά μεταβατικά στάδια, ἀπό τούς πρώτους χριστιανικούς αἰῶνες.

•Πρόκειται γιά τόν διαφορετικό ὑπολογισμό τῶν ἡμερῶν τῆς μεγάλης αὐτῆς νηστείας, πού ξεχωρίζει ἀπό τίς ἄλλες νηστεῖες ὡς πρός τήν διάρκεια καί τήν ἔκτασή της. Συγκεκριμένα, ὑπῆρξε ἀπό τήν ἀρχή προβληματισμός στίς κατά τόπους ᾽Εκκλησίες, γιά τό:

•Ποιές θά εἶναι αὐτές οἱ σαράντα ἡμέρες νηστείας.

•Ἄν θά συμπεριλαμβάνονται στήν χρονική διάρκεια τό Σάββατο καί ἡ Κυριακή, πού εἶναι εὐχαριστιακές καί καταλύσιμες ἡμέρες.

•Ἄν θά συμπεριλαμβάνεται στήν μέτρηση τῶν σαράντα ἡμερῶν καί ἡ Μεγάλη Ἑβδομάδα.

Στήν συνέχεια θά ἀναφερθοῦμε σέ δύο τρόπους ὑπολογισμοῦ.

Πρῶτος τρόπος ὑπολογισμοῦ.

Σύμφωνα μέ τόν πρῶτο τρόπο ὑπολογισμοῦ τῶν ἡμερῶν τῆς Σαρακοστῆς, αὐτήν τήν ἀποτελοῦσαν ὀκτώ ἑβδομάδες:

1.Ἡ ἑβδομάδα τῆς Τυροφάγου.
2.Οἱ ἕξι ἑβδομάδες τῶν νηστειῶν (Α-Β-Γ-Δ-Ε-Βαΐων).
3.Ἡ Μεγάλη ἑβδομάδα.
Τό ὅτι ἀρχικά συμπεριλαμβανόταν ἡ Μεγάλη ἑβδομάδα στήν Τεσσαρακοστή, φαίνεται καθαρά στόν κθ΄ κανόνα τῆς ΣΤ΄ Οἰκ. Συνόδου (691), σύμφωνα μέ τόν ὁποῖο ἡ Μεγάλη ἑβδομάδα ἀναφέρεται ὡς «ὑστέρα (ἐσχάτη) ἑβδομὰς» τῆς Σαρακοστῆς, στόν ν΄ κανόνα τῆς Λαοδικείας (343 μέ 381, ἴσως 360), καθώς καί στό ΄Οδοιπορικό τῆς Αἰθερίας (381 μέ 384).
Κάθε ἑβδομάδα περιελάμβανε πέντε ἡμέρες νηστείας (5 ἡμέρες Χ 8 ἑβδομάδες = 40 ἡμέρες). Δὲν ὑπολογίζονται τά Σάββατα καί οἱ Κυριακές ἐπειδή τίς ἡμέρες αὐτές γίνεται κατάλυση οἴνου καί ἐλαίου.

Δεύτερος τρόπος ὑπολογισμοῦ.

Από τόν 9ο αἰώνα, ὅταν πλέον ὁριστικοποιήθηκε τό νέο νόημα τῆς Σαρακοστῆς, ἡ ὁποία ἀπό περίοδος προετοιμασίας τῶν κατηχουμένων γιά νά δεχθοῦν τό βάπτισμα, ἔγινε περίοδος μετανοίας καί μέ τήν ἐπίδραση τοῦ λειτουργικοῦ βιβλίου τοῦ «Τριωδίου» ἐπικράτησε «ἡ μορφή τῆς Κωνσταντινουπόλεως», δηλαδή ὁ τρόπος μετρήσεως πού ἐφαρμόστηκε τελικά στήν Κωνσταντινούπολη.
Σύμφωνα μέ τόν νέο αὐτό τρόπο ὑπολογισμοῦ τῶν ἡμερῶν τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς, στήν περίοδο αὐτή:
•Δέν συμπεριλαμβάνεται ἡ Μεγάλη ΄Εβδομάδα.
•Προσμετροῦνται τά Σάββατα καί οἱ Κυριακές, πού, ἄν καί δέν εἶναι ἡμέρες νηστείας, ἐντάσσονται στήν λειτουργική περίοδο τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς.
•Χρειάζονται 6 ἑβδομάδες γιά τήν συμπλήρωσή της (οἱ ἕξι ἑβδομάδες τῶν νηστειῶν, Α-Β-Γ-Δ-Ε-Βαΐων).
΄Εξι ἑβδομάδες ἐπί ἑπτά ἡμέρες κάνουν σαράντα δύο ἡμέρες (6χ7 = 42). ΄Αφαιροῦνται οἱ δύο τελευταῖες ἡμέρες, τό Σάββατο τοῦ Λαζάρου καί ἡ Κυριακή τῶν Βαΐων καί ἔτσι ἔχουμε σαράντα ἡμέρες.
΄Η Μεγάλη Σαρακοστή ἀρχίζει ἀπό τήν Δευτέρα τῆς Α΄ ΄Εβδομάδας τῶν Νηστειῶν (Καθαρά Δευτέρα – Καθαρά ΄Εβδομάδα) καί λήγει τήν Πα-ρασκευή τῆς ΣΤ΄ ΄Εβδομάδας (πρό τῶν Βαΐων). Τά τροπάρια αὐτῆς τῆς τελευταίας ἡμέρας στό «Τριώδιο», φανερώνουν «τήν πλήρωσιν τῆς ψυχοφελοῦς Τεσσαρακοστῆς» καί τήν ἀναμονή τῆς «ἁγίας ἑβδομάδος τοῦ Πάθους».
Αὐτός ὁ ὑπολογισμός ὑπονοεῖται, σύμφωνα μέ τήν ἑρμηνεία πολλῶν, καί ἀπό τίς

᾽Αποστολικές Διαταγές (κείμενο τοῦ τέλους τοῦ δ΄ αἰώνα), πού λέγουν: «᾽Επιτελείσθω δὲ ἡ νηστεία αὕτη πρὸ τῆς νηστείας τοῦ Πάσχα, ἀρχομένη μὲν Δευτέραν, πληρουμένη δὲ εἰς Παρασκευήν. Μεθ᾽ ἃς ἀπονηστεύσαντες ἄρξασθε τῆς ἁγίας τοῦ Πάσχα ἑβδομάδος, νηστεύοντες αὐτὴν πάντες μετὰ φόβου καὶ τρόμου». (᾽Αποστολικές Διαταγές, Ε΄ 18,19)
Δηλαδή, νά γίνεται ἡ νηστεία αὐτή πρίν τή νηστεία τοῦ Πάσχα, ἀρχίζοντας ἀπό τήν Δευτέρα, καί τελειώνοντας τήν Παρασκευή. Μετά ἀπό αὐτές, τελειώνοντας τήν νηστεία, ἀρχίζουμε τήν ἁγία Ἑβδομάδα τοῦ Πάσχα, νηστεύοντας ὅλοι μέ φόβο καί τρόμο.
Τό Σάββατο τοῦ Λαζάρου καί ἡ Κυριακή τῶν Βαΐων, εἶναι Δεσποτικές ἑορτές. ᾽Εξ αἰτίας τοῦ νέου ὑπολογισμοῦ τῆς Σαρακοστῆς, πού λήγει πρίν τήν Μεγάλη ῾Εβδομάδα, ἡ Λειτουργία τοῦ Σαββάτου τοῦ Λαζάρου, διασώζει κάποια στοιχεῖα βαπτισματικῆς Λειτουργίας, γιά τήν ὁλοκλήρωση τῆς σαραντάμερης προετοιμασίας τῶν κατηχουμένων. Αὐτό φαίνεται ἀπό τήν ψαλμωδία τοῦ βαπτισματικοῦ ὕμνου «῞Οσοι εἰς Χριστόν ἐβαπτίσθητε…», σέ ἀντικατάσταση τοῦ Τρισαγίου ὕμνου, κατά τό Σάββατο τοῦ Λαζάρου καί ἀπό τό β΄ Ἀπολυτίκιο τῆς Κυριακῆς τῶν Βαΐων «Συνταφέντες σοι διὰ τοῦ Βαπτίσματος, Χριστὲ ὁ Θεός, τῆς ἀθανάτου ζωῆς ἠξιώθημεν τῇ ᾽Αναστάσει σου…», πού φανερώνει τήν ἤδη τελεσθεῖσα Βάπτιση τῶν κατηχουμένων στήν λήξη τῆς Τεσσαρακοστῆς.
Παρά τήν νέα ρύθμιση, σύμφωνα μέ τήν ὁποία ἡ Μεγάλη ἑβδομάδα εἶναι ἐκτός Σαρακοστῆς, στίς Προηγιασμένες τῆς Μεγάλης ἑβδομάδας παραμένει ὡς Ὀπισθάμβωνος εὐχή αὐτή πού ἀναφέρεται στήν τεσσαρακονθήμερη νηστεία. Δέν ὑπῆρξε πρόβλεψη γιά ἀλλαγή τῆς εὐχῆς αὐτῆς γιά τίς ἡμέρες πού δέν συμπεριλαμβάνονται στήν Μεγάλη Σαρακοστή. Κι αὐτό εἶναι δεῖγμα τοῦ παλαιοῦ τρόπου ὑπολογισμοῦ τῶν ἡμερῶν τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς τό ὁποῖο συμπεριλαμβάνει στήν Σαρακοστή καί τήν Μεγάλη ῾Εβδομάδα. ῞Αλλωστε στήν συνείδηση τοῦ κόσμου ἡ Μεγάλη ῾Εβδομάδα δέν ξεχωρίζεται ἀπό τήν Σαρακοστή.

Γιατί ἐνῶ ἀπαγορεύεται νὰ τελεσθεῖ θεία Λειτουργία ἡμέρα νηστείας, προσφέρεται τίς μέρες τῆς νηστείας ἡ θεία Κοινωνία, μέ τήν Ἀκολουθία τῶν Προηγιασμένων;

Αὐτό δέν ἔρχεται σέ ἀντίθεση μέ τόν ἀπαγορευτικό κανόνα πού ἀναφέραμε παραπάνω, ἀρκεῖ νά ἐξετάσουμε καί τήν ἄλλη πλευρά τοῦ σκοποῦ τῆς θείας Κοινωνίας. Ἡ θεία Κοινωνία δέν εἶναι μόνο ἡ ἔλευση, ἡ παρουσία καί ἡ ἀποκάλυψη τοῦ ἀναστημένου Χριστοῦ «ἐν τῇ κλάσει τοῦ Ἄρτου», καί ἡ ἕνωσή μας μέ τόν Θεό, ἀλλά εἶναι καί ἡ πηγή δυνάμεως πού μᾶς στηρίζει στόν πνευματικό ἀγώνα.
Κατά τήν Μεγάλη Σαρακοστή ὁ κάθε πιστός διεξάγει ἕναν πνευματικό ἀγώνα ἐναντίον

τῆς ἁμαρτίας καί τοῦ κακοῦ.
Ἡ Ἐκκλησία μέ τήν ἀκολουθία τῶν Προηγιασμένων Δώρων μᾶς δίδει τήν θεία Κοινωνία σάν βοήθεια καί δύναμη στόν ἀγώνα μας ἐναντίον τοῦ κακοῦ καί τῆς ἁμαρτίας.
Ἐνῶ ἀπό τήν μιά μεριά ἀπαγορεύεται νά τελεσθεῖ ἡ θεία Λειτουργία στίς μέρες τῆς νηστείας, ἀπό τήν ἄλλη μεριά ὅμως ἔχουμε συνέχεια στήν Ἐκκλησία τήν παρουσία τῶν καρπῶν τῆς θείας Εὐχαριστίας μέ τήν τέλεση τῆς Προηγιασμένης.
Ὅπως ἀκριβῶς καί μέ τόν Χριστό πού, «ὁρατὰ» μέν ἀναλήφθηκε στούς οὐρανούς κι ὅμως «ἀόρατα» εἶναι παρών στόν κόσμο.
Ὅπως μέ τήν Βασιλεία τοῦ Θεοῦ πού πρόκειται νά ἔρθει, ἀλλά ταυτόχρονα βρίσκεται ἀνάμεσά μας καί τήν βιώνουμε καθημερινά.
Ἔτσι, λοιπόν, ἡ θεία Εὐχαριστία ὡς μυστήριο καί πνευματικό πανηγύρι, ὡς γιορτή τῆς Ἐκκλησίας δέν συμβιβάζεται μέ τήν νηστεία καί δέν τελεῖται στήν διάρκεια τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς, ἀλλά ὡς χάρη καί δύναμη πνευματική, πού δίνει στούς πιστούς τά ὅπλα γιά τόν πνευματικό τους ἀγώνα, βρίσκεται στήν καρδιά τῆς νηστείας.
Εἶναι στ᾽ ἀλήθεια τό πνευματικό μάνα πού μᾶς διατηρεῖ ζωντανούς στό ταξίδι μας μέσα στήν ἔρημο τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς.

Ἡ νηστεία, ὡς προετοιμασία τοῦ πιστοῦ, γιά τήν συμμετοχή του στήν «Ἑσπερινή θεία Κοινωνία» κατά τήν Ἀκολουθία τῶν Προηγιασμένων Δώρων.

Τό πρῶτο καί οὐσιαστικό χαρακτηριστικό τῆς Προηγιασμένης εἶναι ὅτι αὐτή εἶναι μιά «Ἑσπερινή Ἀκολουθία». Δέν εἶναι Λειτουργία, εἶναι μιά ἀκολουθία θείας Κοινωνίας, πού τελεῖται συναπτά μέ τόν Ἑσπερινό.
Σύμφωνα μέ τήν ὀρθόδοξη παράδοση πάντοτε πρό τῆς θείας Κοινωνίας προηγεῖται ἡ Γενική ἤ Εὐχαριστιακή νηστεία.
•Ὅταν ἡ θεία Λειτουργία τελεῖται πολύ ἐνωρίς, τό πρωί, ἡ ὁλονύκτια ἀγρυπνία πού προηγεῖται ἀναπληρώνει τό ἔργο τῆς νηστείας καί τῆς προετοιμασίας.
•Στίς Ἐνορίες ὅπου ἡ θεία Λειτουργία δέν τελεῖται πολύ ἐνωρίς τό πρωί, ἀλλά μετακινεῖται σέ κάποια ὥρα ἀργότερα, παρατείνεται ἡ Γενική νηστεία μερικές ὧρες ἀργότερα πρός τό μεσημέρι.
•Τίς ἡμέρες πού τηροῦμε Γενική νηστεία ἡ θεία Κοινωνία προσφέρεται τό ἀπόγευμα συναπτά μέ τόν Ἑσπερινό. Ἐφ᾽ ὅσον, λοιπόν, ἡ Τετάρτη καί ἡ Παρασκευή κατά τήν διάρκεια τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς εἶναι ἡμέρες γενικῆς ἀποχῆς – Γενικῆς νηστείας – ἡ θεία Εὐχαριστία προσφέρεται μέ τήν Προηγιασμένη τό ἀπόγευμα συναπτά μετά τήν Ἀκολουθία τοῦ Ἑσπερινοῦ.

Μέ τήν ἴδια λογική ἐξηγοῦμε καί τό γεγονός ὅτι τήν παραμονή τῶν Χριστουγέννων καί τῶν Θεοφανείων, πού εἶναι ἡμέρες Γενικῆς Νηστείας, ἡ θεία Λειτουργία τελεῖται συναπτά μέ τόν Ἑσπερινό. Τό ἴδιο ἀκριβῶς συμβαίνει καί μέ τήν θεία Λειτουργία τοῦ Μεγάλου Σαββάτου.

Ἴσως ὅλα αὐτά νά μᾶς φαίνονται παράξενα καί ἄσχετα μέ τό τί γίνεται σήμερα. Μᾶς φανερώνουν ὅμως τήν ὀρθόδοξη λειτουργική πράξη τῆς Ἐκκλησίας μας καί κάτι ἀκόμα πιό σπουδαῖο, πού σήμερα τό ἔχουμε ξεχάσει: «ὅτι ἡ θεία Εὐχαριστία πάντοτε εἶναι τό τέλος τῆς προετοιμασίας, καί οἱ ἡμέρες τῆς Γενικῆς Νηστείας στεφανώνονται μέ τήν Ἑσπερινή Εὐχαριστία».

Ἡ Ἐκκλησία γιὰ τήν Τετάρτη καί τήν Παρασκευή, στήν διάρκεια τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς, ὁρίζει τελεία ἀποχή ἀπό τό φαγητό ὡς τήν ἐνάτη ὥρα.

Γι᾽ αὐτό, τό ξαναλέμε, ὅταν κοινωνοῦμε στήν Προηγιασμένη, πρέπει νά εἴμαστε ὅλη τήν ἡμέρα νηστικοί.

Πουθενά ἀλλοῦ δέν ὑπάρχει τό ἀληθινό νόημα τῆς νηστείας καί πουθενά ἡ Σαρακοστή δέν ἀποκαλύπτεται καλύτερα παρά μόνο κατά τίς ἡμέρες ἐκεῖνες πού προσφέρεται ἡ θεία Κοινωνία τό ἀπόγευμα συναπτά μέ τόν ἑσπερινό.

Ἡ Μεγάλη Σαρακοστή. «Ἕνας τρόπος ζωῆς».

Ο κάθε χριστιανός στήν διάρκεια τοῦ ἐκκλησιαστικοῦ ἔτους καί ἰδιαίτερα κατά τήν περίοδο τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς δέν θά πρέπει νά περιορίζεται ἁπλά καί μόνο στήν παρακολούθηση τῶν ἀκολουθιῶν, στήν τυπικὴ νηστεία καί τήν προσευχή. Θεωρεῖται δεδομένο ὅτι ὅλα αὐτά προβλέπονται ἀπό τήν Ἐκκλησία μας καί ἀποτελοῦν ἱερό καθῆκον τοῦ κάθε χριστιανοῦ. Γιά νά ἔχουν ὅμως θετικό ἀποτέλεσμα καί νά ἀποκτήσουν τό πραγματικό τους νόημα, θά πρέπει νά γίνουν «ἕνας τρόπος ζωῆς».

Νά ἀποφύγουμε τήν διάσπαση τῆς ζωῆς μας σέ δύο κομμάτια, στό θρησκευτικὸ καί στό κοσμικό, τήν διάσπαση τῆς ζωῆς μας σὲ δύο τρόπους ζωῆς, στόν τρόπο ζωῆς μέσα στό σπίτι καί στόν τρόπο ζωῆς ἔξω ἀπ' αὐτό.

Στό παρελθόν κατά τήν Μεγάλη Σαρακοστή, ὁλόκληρη ἡ κοινωνία ἀποδεχόταν ἕναν συγκεκριμένο ρυθμό ζωῆς, ὁρισμένους κανόνες πού ὑπενθύμιζαν στά ἄτομα – μέλη τῆς κοινωνίας, τήν περίοδο τῆς Σαρακστῆς καί δημιουργοῦσε ἔτσι ἡ κοινωνία ἕνα εἶδος σαρακοστιανοῦ κλίματος, βοηθώντας τόν χριστιανό στόν προσωπικό του ἀγώνα.

Σήμερα τά πράγματα ἔχουν ἀλλάξει ὄχι μόνο σέ κοινωνικό ἐπίπεδο ἀλλά καί οἰκογενειακό, σέ σημεῖο ὥστε δέν χρειάζεται κανείς νά βγεῖ ἀπό τό σπίτι του γιά νά βρεθεῖ «ἔξω». Ὁλόκληρος ὁ «ἔξω κόσμος» ἔχει ἐγκατασταθεῖ μόνιμα μέσα στό σπίτι μας,

μέ τήν ἐπικράτηση καί τήν ἀλλοιωτική ἐπίδραση τῶν μέσων μαζικῆς ἐνημέρωσης, πού ἔχουν διαποτίσει τήν ζωή μας μέσα καί ἔξω ἀπό τό σπίτι.

Ἐκεῖνο πού ζητάει ἀπό μᾶς ἡ Ἐκκλησία νά κάνουμε στήν διάρκεια τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς εἶναι:

1.Νά ἐμπλουτίσουμε τόν πνευματικό καί διανοητικά ἐσωτερικό κόσμο μας, νά μελετήσουμε καί νά στοχασθοῦμε πάνω σέ ὅ,τι μπορεῖ νά μᾶς βοηθήσει νά ἀνακαλύψουμε αὐτόν τόν ἐσωτερικό κόσμο καί τίς χαρές του.
2.Νά ἐλέγξουμε τόν ἀπίστευτα ὑπεροπτικὸ χαρακτῆρα μας, στίς σχέσεις μας μέ τούς ἀνθρώπους, στά διάφορα γεγονότα καί στήν δουλειά.
3.Μᾶς δίνει τήν εὐκαιρία γιά ἔλεγχο στά λόγια μας. «Ἐκ γὰρ τῶν λόγων σου δικαιωθήσῃ, καὶ ἐκ τῶν λόγων σου καταδικασθήσῃ». (Ματθ. 12, 37)
4.Νά νιώσουμε καί νά βιώσουμε τήν «χαρμολύπη» πού εἶναι τό πραγματικό μήνυμα τῆς Μεγάλης Σαρακοστῆς
5.Νά «μαλακώσει» τήν καρδιά μας τόσο ὥστε νά μπορεῖ νά ἀνοιχτεῖ στίς πραγματικότητες τοῦ πνεύματος, νά ἀποκτήσει τήν ἐμπειρία τῆς κρυμμένης «δίψας καὶ πείνας» γιά ἐπικοινωνία μέ τόν Θεό.
6.Τέλος, νὰ πάρουμε τήν μεγάλη ἀπόφαση, ὥστε νά «συμπορευθῶμεν μετὰ τοῦ Χριστοῦ, ἀναβαίνοντες εἰς Ἰεροσόλυμα, νὰ συσταυρωθῶμεν μετ᾽ αὐτοῦ διὰ νὰ συνανυψῇ ἡμᾶς εἰς τὴν ἄνω Ἰερουσαλὴμ ἐν τῇ βασιλεία τῶν οὐρανῶν».