

Σημειώσεις του μακαριστού Κατηχητή Γεωργίου Ξ. Οικονόμου

ΠΕΡΙ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

Τι είναι νηστεία: νηστεία είναι η τελείως αсуτία.

Λύσις νηστείας: Λύσις νηστείας είναι το να φάγη τινάς πρό της ενάτης ώρας.

Κατάλυσις νηστείας: Κατάλυσις νηστείας είναι το να τρώγη τινάς από όλα τα βρώσιμα.

Η νηστεία είναι θεία εντολή η οποία εδόθη παρά του Αγίου Θεού εις τον Αδάμ και την Εύαν, οι οποίοι μη τηρήσαντες την νηστείαν έχασαν τον παράδεισον και πάλιν ο χριστιανός διά της νηστείας εισέρχεται εις τον παράδεισον.

Αναφέρεται δε εις κάτωθι χωρία της Γραφής περί νηστείας:

Εκ της Παλαιάς Διαθήκης:

Και εδεήθην εναντίον Κυρίου δεύτερον... τεσσαράκοντα ημέρας και τεσσαράκοντα νύκτας άρτον ουκ έφαγον και ύδωρ ουκ έπιον, περί πασών των αμαρτιών ών ημάρτετε ποιήσαι το πονηρόν εναντίον του Κυρίου του παροξύναι αυτόν.

(Δευτερονόμιον Θ΄. 18)

Και ήν εκεί Μωυσής εναντίον (Ενώπιον) Κυρίου τεσσαράκοντα ημέρας, και τεσσαράκοντα νύκτας, άρτον ουκ έφαγε, και ύδωρ ουκ έπιε.

(Έξοδος ΠΔ΄.28)

Από δε του καρπού του ξύλου, ό εστί εν μέσω του παραδείσου, είπεν ο θεός, ου γάγεσθε απ΄ αυτού, ουδέ μη άψησθε αυτού, ίνα μη αποθάνητε.

(Γένεσις Γ΄.3)

Αγαθόν προσευχή μετά νηστείας και ελεημοσύνης και δικαιοσύνης.

(Τωβίτ Ιβ΄.8)

Και ήν ο λαός νηστεύων ημέρας πλείους εν πάση τη Ιουδαία και Ιερουσαλήμ κατά πρόσωπον των αγίων Κυρίου Παντοκράτορος.

(Ιουδίθ Δ΄.13)

Βαδίσας εκκλησίασον τους Ιουδαίους τους εν Σούσοις και νηστεύσατε επ΄ εμοί και μη φάγητε μηδέ πίητε επί ημέρας τρεις και νύκτα και ημέραν, καγώ δε και αι άβραι ασιτήσωμεν και τότε εισελεύσομαι προς τον Βασιλέα παρά τον νόμον εάν και απολέσθαι μη δέη.

(Εσθήρ. Δ΄.16)

Και ενήστευσαν τη ημέρα εκείνη και περιεβάλοντο σάκκους και σποδόν επί τας κεφαλάς αυτών διέρρηξαν τα ιμάτια αυτών.

(Α΄Μακκαβαίων Γ΄.47)

Λέγοντες· τι ότι ενηστεύσαμεν και ούκ είδες; εταπεινώσαμεν τάς ψυχάς ημών και ουκ έγνως; εν γάρ ταις ημέραις των νηστειών υμών ευρίσκετε τα θελήματα υμών και πάντας τους υποχειρίους υμών υπονύσσετε... ουχί ταύτην την νηστείαν εγώ εξελεξάμην, λέγει Κύριος, αλλά λύε πάντα σύνδεσμον αδικίας...

(Ησαΐας ΝΗ΄.3-8)

Και επίστευσαν οι άνδρες Νινευή τω Θεώ και εκήρυξαν νηστείαν και ενεδύσατο σάκκους από μεγάλου αυτών έως μικρού αυτών... οι άνθρωποι και τα κτήνη και οι βόες και πρόβατα μη γευσάσθωσαν μηδέ νεμέσθωσαν μηδέ ύδωρ πιέτωσαν... και μετενόησεν ο Θεός επί τη κακία, ή ελάλησε του ποιήσαι αυτοίς, και ουκ εποίησε.

(Ιωνάς Γ΄.4-10)

Τα γόνατά μου ησθένησαν από νηστείας, και η σάρξ μου ηλλοιώθη δι΄ έλαιον.

(Ψαλμ. 108,24)

Και νυν λέγει Κύριος ο Θεός ημών, επιστράφητε προς με εξ όλης της καρδίας υμών, και εν νηστεία και εν κλαυθμώ και εν κοπτετώ...Αγιάσατε νηστείαν, κηρύξατε θεραπείαν, αγιάσατε Εκκλησίαν.
(Ιωήλ Β΄.12, 15-16)

Η δύναμις αυτού (του Σατανά) επ' ομφαλού γαστρός.

(Ιωβ, Μ, 16)

Την νηστείαν του Προφήτου Ηλιού: «Και ανέστη και έφαγε, και έπιε και εμπορεύθη εν ισχύϊ της βρώσεως εκείνης, και τεσσαράκοντα ημέρας και τεσσαράκοντα νύκτας έως όρους Χωρήβ.
(Γ΄. Βασιλ. ΙΘ΄.8)

Την νηστείαν του Δανιήλ: «Δανιήλ τρεις Εβδομάδας ημερών, άρτον επιθυμιών ουκ έφαγεν, και κρέας και οίνος ουκ εισήλθεν εις το στόμα αυτού.

(Δανιήλ Ι΄.2-3)

Την νηστείαν που αναφέρει ο Πρ. Ζαχαρίας: «Τάδε λέγει Κύριος Παντοκράτωρ· Νηστεία η Τετράς, και νηστεία η Πέμπτη, και νηστεία η εβδόμη, και νηστεία η δεκάτη έσονται τω οίκω Ιούδα εις χαράν και ευφροσύνην.

(Ζαχ. Η΄.19)

Εκ της Καινής Διαθήκης

Εν τη Καινή Διαθήκη ευρίσκομεν Νηστείαν Αυτού τούτου του Θεανθρώπου:

Τότε ο Ιησούς ανήχθη εις την έρημον υπό του Πνεύματος πειρασθήναι υπό του διαβόλου, και νηστεύσας ημέρας τεσσαράκοντα και νύκτας τεσσαράκοντα ύστερον επείνασε (ο Κύριος).

(Ματθ. Δ΄.2)

Ουκ επ' άρτω μόνω ζήσεται άνθρωπος, αλλ' επί παντί ρήματι εκπορευομένου διά στόματος Θεού.

(Ματθ. Δ΄.3)

Και ήγετο εν τω Πνεύματι εις την έρημον ημέρας τεσσαράκοντα πειραζόμενος υπό του διαβόλου, και ουκ έφαγεν ουδέν εν ταις ημέραις εκείναις.

(Λουκ. Δ΄.2)

Όταν δε νηστεύητε, μη γίνεσθε ώσπερ οι υποκριταί σκυθρωποί. Αφανίζουσι γάρ τα πρόσωπα αυτών όπως φανώσι τοις ανθρώποις νηστεύοντες... συ δε νηστεύων άλειψέ σου την κεφαλήν και το πρόσωπόν σου νίψαι... ο πατήρ σου ο βλέπων εν τω κρυπτώ αποδώσει σοι εν τω φανερώ.

(Ματθ. ΣΤ΄.16-18)

Ελεύσονται δε ημέραι και όταν απαρθή απ' αυτών ο νυμφίος, και τότε νηστεύουσιν.

(Ματθ. Θ΄.15)

Λειτουργούντων δε αυτών τω Κυρίω και νηστευόντων είπε το Πνεύμα το Άγιον... τότε νηστεύσαντες και προσευξάμενοι και επιθέντες αυτοίς τας χείρας απέλυσαν.

(Πράξ. Ιγ΄.2-3)

Χειροτονήσαντες δε αυτοίς πρεσβυτέρους κατ' εκκλησίαν και προσευξάμενοι μετά νηστειών παρέθεντο αυτούς τω Κυρίω εις όν πεπιστεύκασι.

(Πράξ. ΙΔ΄.23)

Και αύτη χήρα ως ετών ογδοήκοντα τεσσάρων, ή ουκ αφίστατο από του ιερού νηστείαις και δεήσεσι λατρεύουσα νύκτα και ημέραν.

(Λουκάς Β΄.37)

Ελεύσονται δε ημέραι και όταν απαρθή απ' αυτών ο νυμφίος, τότε νηστεύουσιν εν εκείναις ταις ημέραις.

(Λουκάς Ε΄.35)

Από Τετάρτης ημέρας μέχρι ταύτης της ώρας ήμην νυστεύων, και την ενάτην ώραν προσευχόμενος εν τω οίκω μου.

(Πράξ. Ι΄.30)

Ικανού δε χρόνου διαγενομένου και όντος ήδη επισφαλούς του πλοός δια το και την νηστείαν ήδη



παραληλυθέναι, παρήνει ο Παύλος λέγων αυτοίς.

(Πράξεις Κζ΄.9)

Μη αποστερείτε αλλήλους, ειμή τι αν εκ συμφώνου προς καιρόν, ίνα σχολάζητε τη νηστεία και τη προσευχή.

(Α΄ Κορινθ. Ζ΄.5)

Εν νηστείαις πολλάκις, εν ψύχει και γυμνότητι.

(Β΄ Κορινθ. ΙΑ΄. 27)

Τούτο δε το γένος ουκ εκπορεύεται ει μη εν προσευχή και νηστεία.

(Ματθ. Ιβ΄.21)

ΓΝΩΜΑΙ ΑΓΙΩΝ ΠΑΤΕΡΩΝ ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

Νηστεία εστί βία φύσεως, και περιτομή ηδύτητος λάρυγγος· πυρώσεως εκτομή· πονηρών εννοιών εκοπή· ενυπνιασμών ελευθερία· προσευχής καθαρότης· ψυχής φωστήρ· νοός φυλακή· πωρώσεως λύσις· κατανύξεως θύρα· στεναγμός ταπεινός· συντριμμός ιλαρός· πολυλογίας αργία· ησυχίας αφορμή· υπακοής φύλαξ· ύπνου κουφισμός· υγεία σώματος· απαθείας πρόξενος· αμαρτημάτων άφεσις· Παραδείσου θύρα και τρυφή.

Θλίβε κοιλίαν, και πάντως κλείσει και στόμα.

Στενή η πύλη, και τεθλιμμένη η οδός της νηστείας, η εισάγουσα εις την οδόν της αγνείας· και ολίγοι εισίν οι εισερχόμενοι δι' αυτής. Άρχων δαιμόνων ο πεσών εωσφόρος· και άρχων παθών ο λαιμός της κοιλίας.

(Άγιος Ιωάννης ο Κλίμακος)

Αγαπήσωμεν την νηστείαν μέγα γάρ φυλακτήριον εστί η νηστεία και η προσευχή και η ελεημοσύνη... οράς τι ποιεί η νηστεία; Και νόσους θεραπεύει και ρεύματα σωματικά ξηραίνει και δαίμονας εκβάλλει και λογισμούς πονηρούς αποδιώκει και τον νουν λαμπρότερον ποιεί και καρδίαν καθάραν και σώμα ηγιασμένον και τω θρόνω του Θεού παρίστησι τον άνθρωπον.

(Μέγας Αθανάσιος)

Δίδαγμα: Πρέπει να τηρείτε η νηστεία ήτοι αποχή από κάθε κακήν και πονηράν πράξιν.

Ύμνος Νηστεύσωμεν νηστείαν δεκτήν ευάρεστον τω Κυρίω· αληθής νηστεία, η των κακών αλλοτρίωσις, εγκράτεια γλώσσης θυμού αποχή, επιθυμιών χωρισμός, καταλαλιάς ψεύδους και επιπορκίας· η τούτων ένδεια νηστεία εστί, αληθής και ευπρόσδεκτος. (6/2/68)

Ου γάρ ο νηστεύων από βρωμάτων μόνον εκείνος κατώρθωσεν, αλλ' ο απεχόμενος από παντός πονηρού πράγματος τούτω λογίζεται νηστεία.

(Μέγας Αθανάσιος)

Ωσπερ γάρ διά βρωμάτων και παρακοής εξεβλήθη ο Αδάμ εκ του Παραδείσου, ούτω πάλιν διά νηστείας και υπακοής ο θέλων εισέρχεται εις τον Παράδεισον.

(Μέγα Αθανάσιος)

Ει βούλει ισχυρών ποιήσαι τον νουν, δάμασον την σάρκαν διά νηστείας.

(Μέγας Βασίλειος)

Δίκαιον γάρ και ευφρανθήναι επί τη εκ Θεού δωρεά. Και νηστεύσαι μετά την άνεσιν. ... Τά γόνατά μου ησθένησαν από νηστείας και η σάρξ μου ηλλοιώθη δι' έλαιον. Και υμείς ουν νηστεύοντες αιτείσθε παρά Θεού τα αιτήματα υμών.

(Αποστολικά Διαταγαί Ε΄.XX 14-17)

Πάσαν Τετράδα και Παρασκευήν προστάσσομεν υμίν νηστεύειν, και την περίσσειαν υμών της νηστείας πένησιν επιχορηγείν.

(Αποστολικά Διαταγαί)

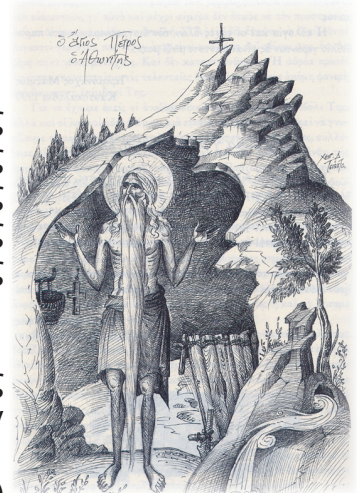
... Παρήγγειλεν ημίν αυτός νηστεύειν Τετράδα και Παρασκευήν. Βλέπεις ότι αυτός ο Κύριος είναι νομοθέτης της Τετράδας και της Παρασκευής.

(Αποστολικά Διαταγαί Βίβλ. Ε΄ κεφ. ΙΔ΄.)

Τη Τετάρτη καί Παρασκευή ου χρή λυθήναι νηστείαν χωρίς μεγάλης ανάγκης.

(ιερός Αυγουστίνος)

Οράς τι ποιεί η νηστεία, και νόσους θεραπεύει, και ρεύματα σωματικά ξηραίνει, και δαίμονας



εκβάλει, και λογισμούς πονηρούς αποδιώκει και τον νουν λαμπρότερον ποιεί, καθάραν, και σώμα ηγιασμένον, και τω θρόνω του Θεού παρίστησι τον άνθρωπον.

(Μέγας Αθανάσιος)

Ότι εάν θελήση βασιλεύς πόλιν παραλαβείν εχθρών, το ύδωρ πρώτον κρατεί και την τροφήν, και ούτως οι εχθροί εκ του λιμού απολλύμενοι υποτάσσονται αυτώ· ούτω και τα πάθη της σαρκός· εάν εν νηστεία και λιμώ πολιτεύσηται άνθρωπος, οι εχθροί εξασθενούσιν από της ψυχής αυτού.

(Ιωάννης ο Κολοβός)

Πλείον γάρ της νηστείας η καθ' υπακοήν μετάληψις μαστίζει τους δαίμονας.

(Νείλου του ασκητού) Σιλβανώ

Νηστεία χαλινός μοναχού· ο ρίπτων αυτήν ίππος θηλυμανής εθρίσκεται· νέος δε αχαλίνωτος αφειδώς αμαρτάνει.

(Αββά Υπερεχίου, Παραίνεσις ασκητών)

Καλός ο της νηστείας άρτος, επειδή της ζύμης εστί των ηδονών ελεύθερος.

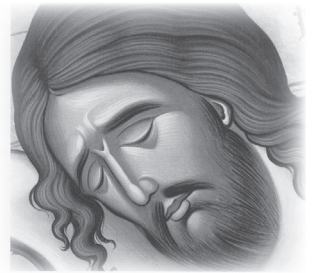
(Νείλου του ασκητού)

Τας δε καθολικάς νηστείας, φησί, μη εξόν λύειν άνευ πάσης ανάγκης. Εν γάρ Τετράδι ο Σωτήρ παραδίδοται, εν δε τη Παρασκευή σταυρούται. Ο ουν ταύτας λύων, συμπαραδίδωσι τον Σωτήρα και συσταυροί.

(Μακαρίου του Αιγυπτίου)

Κόρος μέν γάρ εις γαστέρα την χάριν ίστησι, νηστεία δε προς ψυχήν αναβιβάζει το κέρδος. Μη μιμήση της Εύας την παρακοήν, μη πάλιν σύμβουλον παραδέξη τον όφιν, φειδοί της σαρκός την βρώσιν υποτιθέμενον.

(Μ. Βασιλείου)



Χαίροντες τοίνυν ως απάσης αρετής εργάται την πάναγνον αληθώς και αγίαν προσδεξώμεθα νηστείαν την απάσης ευταξίας τροφόν την αγιασμού μητέρα και της άνωθεν ευμενίας πρόξενον.

(Κύριλλος Αλεξανδρείας, Πανηγυρικός Λόγος Κ')

Τεσσαρακοστήν μη εξουθενήτε μίμησιν γάρ περιέχει της του Κυρίου Πολιτείας. Μετά την του πάθους εβδομάδα, μη παροράτε Τετράδα και Παρασκευήν νηστεύοντες πένησιν επιχορηγούντες την περίσσειαν.

(Ιγνάτιος ο Θεοφόρος)

Εισί τινές οι προς αλλήλους φιλοτιμούμενοι και θαυμασίαν άμιλλαν ποιούμενοι και οι μέν ολοκλήρους ημέρας δύο διατελούσι άσιτοι, (νηστικοί) οι δε ουκ οίνου μόνον, ουδέ ελαίου, αλλά παντός εδέσματος χρήσιν, της εαυτών εκβάλλοντες τραπέζης άρτω και ύδατι χρώμενοι μόνον την τεσσαρακοντήν διανύουσιν άπασαν και πάλιν λέγει «Ιδού την ημέραν άσιτοι διατελέσαμεν σήμερον άπασαν και τράπεζαν εν εσπέρα παραθησόμεθα.

(Θείος Χρυσόστομος, Λόγος Δ' εις Αδριάντας, τόμος Στ')

Φιλήσωμεν την νηστείαν, ότι μήτηρ σωφροσύνης εστί, και πηγή φιλοσοφίας απάσης.

(Ιωάννης Χρυσόστομος)

Ου την των βρωμάτων αποχήν μόνον (ποιοούμεν δηλαδή) αλλά και την των αμαρτημάτων.

(Ιωάννης Χρυσόστομος)

Ευχή και νηστεία το των Αγγέλων έργον.

Οράτε αγαπητοί, πόσον ισχύει νηστεία μετ' ευχής και έργον εκτελουμένη, νηστεία γάρ και δέησις εκ θανάτου ρύεται.

(Ιωάννης Χρυσόστομος)

Ου γάρ έστιν, ουκ έστιν άλλως ομιλήσαι τω Θεώ μη πρότερον τω της νηστείας φαρμάκω προσομιλήσαντες.

(Ιωάννης Χρυσόστομος)

Ουδέν η νηστεία βρωμάτων ονίνησι τους πάσας νηστεύοντας αισθήσεσι.

(Ιωάννης Χρυσόστομος)

Νηστεύομεν τεσσαράκοντα κατά μίμησιν του Κυρίου όπου ενήστευσεν επί του όρους ημέρας τεσσαράκοντα.

(Ιωάννης Χρυσόστομος)

Θαυμαστόν η εγκράτεια και ολιγάρκεια, και το κρατείσθαι των ηδονών, μηδ' ως υπό πικράς και ανελευθέρου δεσποίνης της γαστρός άγεσθαι.

(Γρηγόριος ο Θεολόγος)

Ημεῖς τῇ δυνάμει τοῦτο (τὴν νηστείαν) προσμετρήσαμεν, εἰ καὶ τινὰς ἅπτειν ὁ ζήλος ποιεῖ καὶ ὑπὲρ δύνανιν.

(Γρηγόριος ὁ Θεολόγος, λόγος Μ΄. εἰς τὸ Βάπτισμα)

Νηστείαν προσευχὴν εἰς οὐρανὸν ἀναπέμπει, οἰονεῖ πτερόν αὐτῇ γενομένη πρὸς τὴν ἀνω πορείαν· νηστεία οἴκων αὐξήσις, υγείας μήτηρ, νεότητος παιδαγωγός, κόσμος πρεσβύταις, ἀγαθὴ συνέμπορος ὁδοιπόρος, ἀσφαλὴς ὁμόσκηνος τοῖς συνοῖκοις.

(Μέγας Βασίλειος)

Επὶ οὐκ ἐνηστεύσαμεν, ἐξεπέσαμεν τοῦ παραδείσου· νηστεύσωμεν τοῖνον, ἵνα αὐτοῦ ἐπανέλθωμεν.

(Συνέσιος)

Ἄγγελοι εἰσὶν οἱ καθ' ἑκάστην Ἐκκλησίαν ἀπογραφόμενοι τοὺς νηστεύοντας ὅρα, μὴ διὰ μικρὸν ἡδονὴν βρωμάτων ζημιωθῆς, τὴν ἀπογραφὴν τοῦ Ἀγγέλου, ὑπόδικον δὲ σ' αὐτὸν λειποταξίου γραφῆς τῷ στρατολογήσαντι καταστήσης.

(Μέγας Βασίλειος)

Νηστεύσομεν οἴνου τε κρεῶν ἀπεχόμενοι. Οὐχ ὡς βδελύγματα μισούντες, ἀλλὰ μισθὸν προσδοκῶντες, ἵνα αἰσθητὸν ὑπεριδόντες ἀπολαύσωμεν πνευματικῆς καὶ νοτῆς τραπέζης καὶ ἵνα, νυν σπεύροντες ἐν δάκρυσιν, ἐν ἀγαλλιάσει θερίσωμεν ἐν τῷ μέλλοντι αἰῶνι.

(Κύριλλος Ἱεροσολύμων, Κατηχ. Δ΄. Κεφάλαιο ΙΖ')

Τὸν ἔμφρονα μοναχὸν δόκιμων εἶναι χρή ζυγιστάτην μηδενὶ μέρει τῶν πλαστίγγων καταρρέπειν παραχωροῦντα μήτε τῇ ἀσιτίᾳ εἰς ἀτονίαν μήτε πολυσιτεῖα εἰς ἀσωτείαν.

(Ισιδωρος Πηλουσιώτης, Βίβλ. Ι΄. Ἐπιστολ. 424 Θωμά)

Τὸ γὰρ ὑπερεμπίμπλασθαι τὴν γαστέρα καὶ καταβαρύνεσθαι ταῖς τροφαῖς κατάρας ἄξιον τοῦ Κυρίου εἰπόντος οὐαὶ ὑμῖν οἱ ἐμπεπλησμένοι νυν.

(Μέγας Βασίλειος)

Επὶ μὲν τῶν τῆς ψυχῆς παθῶν ἐν μέτρον ἐγκρατείας ὑπάρχει ἡ παντελής ἀπαλλοτριώσις τῶν πρὸς τὴν ὀλεθρίαν ἡδονὴν φερόντων.

(Μέγας Βασίλειος)

Ἐλαιον μὲν πιαίνει τὸν ἀθλητὴν· νηστεία δὲ τὸν ἀσκητὴν τῆς ἐγκρατείας κρατύνει. Ὡστε ὅσον ὑφαίρεις τῆς σαρκὸς, τοσούτον ποιήσεις τῆς πνευματικῆς ευεξίας τὴν ψυχὴν ἀποστίλβειν.

(Μέγας Βασίλειος)

Νεκρώσαντες οὖν ἐαυτῶν τὰ μέλη τὰ ἐπὶ τῆς γῆς καὶ διὰ λόγων ἐπιπληκτικῶν καταστελλόντων τὰ πάθη καὶ δια τῆς ἀποχῆς τῶν βρωμάτων νηστεύσωμεν νηστεία δεκτὴν, εὐάρεστον τῷ Κυρίῳ.

(Μέγας Βασίλειος)

Ἀπὸ γὰρ νηστείας συνεχούς μαραινομένης ἡ ἐπιθυμία τίκτει τὴν ἐγκράτεια· Ἡ ἐγκράτεια, τὴν ἀγρυπνίαν· ἡ ἀγρυπνία τὴν υπομονήν· ἡ υπομονὴ τὴν ἀνδρείαν· ἡ ἀνδρεία τὴν ἡσυχίαν· ἡ ἡσυχία τὴν προσευχὴν, ἡ προσευχὴ τὴν σιωπὴν· ἡ σιωπὴ τὸ πένθος· τὸ πένθος τὴν ταπείνωσιν· ἡ ταπείνωσις ἀντιστρόφως τὸ πένθος, καὶ καθεξῆς ἀνάπαλιν αἱ θυγατέρες τὰς μητέρας πῶς γεννώσιν, ἀναλυτικῶς εὐρήσεις ταύτης οὖν τῆς ἀλληλογενεσιουργίας μείζων ἐν ἀρεταῖς οὐκ ἔστι· τὰ γὰρ ἐναντία τούτων πᾶσιν πρόδηλα.

(Γρηγορίου τοῦ Σιναΐτου)

Καθεκάστην ὥραν δοξαζέσου τὸν Δεσπότην Χριστὸν λέγουσα· ὑψώσωσε, ὁ Θεὸς μου, ὁ Βασιλεὺς μου. Μὴ μόνον λόγῳ, ἀλλὰ καὶ ἔργῳ.

(Ιωάννου Νηστευτοῦ)

ΚΑΝΩΝ 69 ΤΩΝ ΑΓΙΩΝ ΑΠΟΣΤΟΛΩΝ

Εἰ τις ἐπίσκοπος ἢ πρεσβύτερος ἢ Διάκονος ἢ υποδιάκονος ἢ Ἀναγνώστης ἢ ψάλτης τὴν Ἀγίαν Τεσσαρακοστὴν οὐ νηστεύει, ἢ Τετράδα ἢ Παρασκευὴ καθαιρεῖσθω. Ἐκτός δι' ἀσθένειαν σωματικὴν ἐμποδίζοιτο. Ἐάν δε Λαϊκὸς ἡ ἀφοριζέσθω.

ΚΑΝΩΝ ΚΘ' (ΤΗΣ ΣΤ' ΟΙΚ. ΣΥΝΟΔΟΥ)

...Μηδενὸς οὖν ἡμᾶς ἀνάγοντας καταλιπεῖν τὴν ἀκρίβειαν, ὀρίζομεν Ἀποστολικαῖς, καὶ Πατρικαῖς



επόμενοι παραδόσει, μη δειν εν τεσσαρακοστή τη υστέρα εβδομάδι την Πέμπτην λύειν, και όλην την τεσσαρακοστήν ατιμάζειν.

ΚΑΝΩΝ Ν΄ ΤΗΣ ΕΝ ΛΑΟΔΙΚΕΙΑ ΣΥΝΟΔΟΥ

Ότι ου δει εν τεσσαρακοστή τη υστέρα εβδομάδι την Πέμπτην λύειν και όλην την τεσσαρακοστήν ατιμάζειν, αλλά δει πάσαν την τεσσαρακοστήν νηστεύειν ξηροφαγούντες.

