

ΟΡΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ. Η ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΤΗΣ ΝΗΣΤΕΙΑΣ ΣΤΟ ΧΡΙΣΤΙΑΝΙΣΜΟ ΚΑΙ ΣΕ ΑΛΛΕΣ ΘΡΗΣΚΕΙΕΣ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

Υπεύθυνη καθηγήτρια: Ανέστη Αναστασία

Μελησιανού Άννα

Παναγούλια Βίκυ

Πανταζοπούλου Αλεξάνδρα

Παπαδοπούλου Αλεξάνδρα

Παπαδοπούλου Γεωργία

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΝΗΣΤΕΙΑ

- Υπάρχουν δύο ορισμοί για την νηστεία:
 - 1) η εκούσια και η ακούσια αποχή από την τροφή.
 - 2) η αστία.

Η εκούσια αποχή από ορισμένες τροφές συνδέεται με θρησκευτικούς λόγους.

Όλο και περισσότεροι άνθρωποι στρέφονται στη νηστεία για λόγους διατροφικής αποτοξίνωσης, καθώς αποτελεί και έναν ιδιαίτερα υγιεινό τρόπο διατροφής.



ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΑΝΑΔΡΟΜΗ

Πρώτος ο Χριστός μας έδωσε το παράδειγμα της νηστείας όταν μετά τη βάπτισή του στον Ιορδάνη ποταμό, παρέμεινε νηστεύοντας επί σαράντα μέρες στην έρημο.

Με το παράδειγμά του ο Ιησούς μας έδωσε τη νηστεία ως σωματική και πνευματική άσκηση

- η οποία δυναμώνει τη θέληση του ανθρώπου
- δείχνει την αγάπη του προς το δημιουργό.



Η ΝΗΣΤΕΙΑ ΣΕ ΑΛΛΕΣ ΘΡΗΣΚΕΙΕΣ

○ Ισλαμισμός:

Το Κοράνι απαγορεύει την κατανάλωση χοιρινού και την κατανάλωση αλκοολούχων ποτών. Η κύρια υποχρέωση των πιστών, πάντως, είναι η νηστεία του Ράμανταν . Το Ράμανταν είναι ένας από τους πέντε «στύλους» της Ισλαμικής πίστης που κάθε πιστός μουσουλμάνος πρέπει να τηρεί, για να εξασφαλίσει μία θέση στον Παράδεισο.

○ Ιουδαϊσμός:

Οι διατροφικοί κανόνες του Ιουδαϊσμού περιγράφονται με μεγάλη λεπτομέρεια στην Τόρα και το Ταλμούδ, τα οποία είναι τα δυο ιερά βιβλία των Ιουδαίων. Οι διαιτητικές απαγορεύσεις του Ιουδαϊσμού είναι πολύ αυστηρές, δεν τις ακολουθούν όμως με την ίδια προσήλωση όλοι οι πιστοί. Σύμφωνα με το Ταλμούδ, ο συνδυασμός του κρέατος με τα γαλακτοκομικά προϊόντα απαγορεύεται.



Η ΝΗΣΤΕΙΑ ΣΕ ΑΛΛΕΣ ΘΡΗΣΚΕΙΕΣ

- **Ινδουισμός:**

Ο Ινδουισμός συνδέεται σε μεγάλο βαθμό με την παράδοση της χορτοφαγίας, χωρίς ωστόσο να την επιβάλλει. Η αποχή από το κρέας συνήθως συνδυάζεται με αποχή από το αλκοόλ ή και το κάπνισμα, γεγονός που έχει πολλαπλά οφέλη για την υγεία.



ΟΙ ΝΗΣΤΕΙΕΣ ΤΗΣ ΟΡΘΟΔΟΞΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ

- 1) Τετάρτες και Παρασκευές
- 2) Μεγάλη Τεσσαρακοστή
- 3) Νηστεία 15αυγουστου Κοιμήσεως της Θεοτόκου
- 4) Νηστεία Χριστουγέννων
- 5) Νηστεία αγίων Αποστόλων
- 6) Αυστηρές νηστείες



ΝΗΣΤΙΣΙΜΑ ΦΑΓΗΤΑ



ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟ ΝΟΗΜΑ ΝΗΣΤΕΙΑΣ

Για μερικούς νηστεία σημαίνει :

- Συμβολικό «σταμάτημα» σε κάτι.
- Προσεκτική τήρηση των κανόνων της εκκλησίας.

Σήμερα οι άνθρωποι νηστεύουν για πάρα πολλές αιτίες ακόμα και για πολιτικούς, μερικές φορές λόγους. Είναι πολύ βασικό λοιπόν να ξεχωρίσουμε το μοναδικό περιεχόμενο στη χριστιανική νηστεία.



ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Χατζημηνάς Ι. «Η φυσιολογία της νηστείας»
- <http://nisteia.wordpress.com/general/>
- http://www.artofwise.gr/html/categories_content/filosofia/nhsteia.html
- http://www.imlarisis.gr/index.php?dispatch=categories.view&category_id=658
- http://agios-dimitrios.blogspot.com/2012/02/blog-post_25.html



Ευχαριστούμε για την προσοχή σας!!

