

## Περὶ τροφῆς

Τοῦ κ. Ἀλεξάνδρου Μ. Σταυροπούλου  
Ὁμ. Καθηγητοῦ τοῦ Πανεπιστημίου Ἀθηνῶν

### Ὁὐκ ἐπ' ἄρτω μόνῳ ζήσεται ἄνθρωπος

Ὁλοκληρώνουμε με τὴ χάρη τοῦ Θεοῦ μία περίοδο νηστείας σαράντα ἡμερῶν, κατὰ τὴ διάρκεια τῆς ὁποίας ὁ καθέννας μας ἀνάλογα με τὶς δυνάμεις του μπόρεσε ν' ἀνταποκριθεῖ στὶς ἐπιταγές τῆς Ἐκκλησίας μας γιὰ ἀποχή ἀπὸ ὀρισμένες τροφές καὶ ἀσκητικὴ ὑπέρβαση βασικῶν σωματικῶν ἀναγκῶν ποὺ σχετίζονται με τὴ διατροφή. Ἡ ἄρνηση τροφῆς ἢ ἡ ἐπιλογή συγκεκριμένου διαιτολογίου σ' αὐτὴ τὴν περίοδο δὲν συνιστᾷ τὸ κύριο μέλημα τῆς πορείας μας πρὸς τὸ Πάσχα. Εἶναι ἓνα μέσο ἀνάμεσα σὲ ἄλλα σωματικῆς συμμετοχῆς στὸν ἀγῶνα τὸν πνευματικὸ ποὺ δίνει ὁ ἄνθρωπος γιὰ νὰ κλείσει τὴν πόρτα ποὺ ἀνοίξε ὁ ἴδιος στὰ πάθη. Ἄλλωστε νηστεία δεκτὴ, εὐπρόσδεκτη, ἀληθῆς εἶναι μεταξὺ ἄλλων ἢ τῶν κακῶν ἀλλοτριώσις, ἢ ἐγκράτεια γλώσσης, ἢ θυμοῦ ἀποχή, ὁ ἐπιθυμιῶν χωρισμὸς καὶ ἢ ἐνδεῖα καταλαλιᾶς, ψεύδους καὶ ἐπιπορκίας, ὅπως ἀκοῦμε στὴ σχετικὴ ἔμνογραφία τῆς Μ. Τεσσαρακοστῆς (ιδιόμελον εἰς τὰ ἀπόστιχα τοῦ Ἑσπερινοῦ τῆς Δευτέρας τῆς Α' Ἑβδομάδος τῶν Νηστεϊῶν).

Τὸ παράγγελμα τῆς Ἐκκλησίας εἶναι διπτό: «νηστεύσωμεν ἀδελφοὶ σωματικῶς νηστεύσωμεν καὶ πνευματικῶς».

Τὸ πνευματικῶς ἀναφέρεται ὄχι μόνον στὴν κάθαρση ἀπὸ τὰ πάθη, στὴν ἐσωτερικὴ καθαρότητα ἀλλὰ καὶ σὲ μία ἐπιστροφή στὴν ἀγάπη: «λύσωμεν πάντα σύνδεσμον ἀδικίας· διαρρήξωμεν στραγγαλιὰς βιαιῶν συναλλαγμάτων· πᾶσαν συγγραφὴν ἀδικον διασπάσωμεν· δώσωμεν πεινώσιν ἄρτους, καὶ πτωχοὺς ἀστέγους εἰσαγάγωμεν εἰς οἴκους, ἵνα λάβωμεν παρὰ Χριστοῦ τοῦ Θεοῦ, τὸ μέγα ἔλεος».

Στόχος μας τό: «ἀφήσωμεν τῆς σαρκὸς τὴν εὐπάθειαν, αὐξήσωμεν τῆς ψυχῆς τὰ χαρίσματα» (ιδιόμελον στὰ ἀπόστιχα τῶν Αἰνῶν τοῦ Ὁρθρου τῆς Τρίτης τῆς Τυρινῆς).

Χρειαζέται μεγίστη προσοχή μὴ τυχὸν παρ' ὄλο ὅτι νηστεύουμε ἀπὸ ὑλικές τροφές κατατρῶμε ὁ ἓνας τὸν ἄλλο με τὴ συκοφαντία καὶ με ἄλλες μας ἐνέργειες («μὴ κατεσθίοντες ἀλλήλους τῇ συκοφαντίᾳ», ιδιόμελον στὰ ἀπόστιχα τοῦ Ἑσπερινοῦ τοῦ Σαββάτου τῆς Τυρινῆς).

Εἶναι ἀλήθεια ὅτι σὲ τέτοιες στάσεις ἐλλοχεύει

πάντοτε ὁ κίνδυνος μιᾶς «ἀνθρωποφαγίας». Ἡ νηστεία ἢ σωματικὴ ἐξυπηρετεῖ μία ἐπαγρύπνηση στὸ «παμφάγον» τῆς ἀνθρώπινης ἐπιθυμίας καὶ μᾶς ἐκγυμνάζει νὰ βλέπουμε ποῦ πραγματικὰ βρίσκεται ἡ ἀληθινὴ τροφή τοῦ ἀνθρώπου.

Τὸ μεγάλο φαγοπότι εἶναι ἢ ἀμυνὰ μας στὸ θάνατο. «Φάγωμεν, πίωμεν, αὔριον γὰρ ἀποθνήσκωμεν» λές καὶ ἡ βρώσις καὶ ἡ πόσις θὰ μᾶς ἐξασφάλιζαν τὴ ζωὴ καὶ τὴν ἀθανασία. Ξεχνᾶμε τὸ «οὐκ ἐπ' ἄρτω μόνῳ ζήσεται ἄνθρωπος» καὶ ὅτι ἡ Βασιλεία τοῦ Θεοῦ «οὐκ ἔστι βρώσις καὶ πόσις». Κι ἂν γιὰ κάτι πρέπει νὰ πεινάμε καὶ νὰ διψᾶμε αὐτὸ εἶναι ἡ δικαιοσύνη τοῦ Θεοῦ. Αὐτὴ καὶ μόνον αὐτὴ θὰ μπορέσει νὰ χορτάσει τὴν πείνα καὶ τὴ δίψα μας. Μακάριοι, λοιπόν, ὅσοι πεινοῦν καὶ διψοῦν γιὰ τὴν ἐπικράτηση τοῦ θελήματος τοῦ Θεοῦ, γιατί ὁ Θεὸς θὰ ἱκανοποιήσει τὴν ἐπιθυμία τους (Ματθαίου 5,6).

Αὐτὸ ἐδῶ δὲν σημαίνει, βέβαια, περιφρόνηση τῆς ὑλικῆς τροφῆς. Ἡ σωματικὴ κατάσταση τοῦ ἀνθρώπου τὸν προσανατολίζει στὴ λήψη τροφῆς ἀναγκαίας γιὰ τὴν αὔξησή του καὶ τὴν ἐπιβίωσή του. Ἐκεῖνο ποὺ προέχει εἶναι ἡ ἱεράρχηση τῶν ἀναγκῶν καὶ ἡ ἐπιμέτρηση τῶν δυνάμεών μας καὶ ἡ πεποίθηση ὅτι γνωρίζουμε ποιοὺς εἶναι ὁ ἄρτος ποὺ τρώγοντάς τον θὰ ἔχουμε ζωὴ μέσα μας ἀλλιῶς θὰ εἶμαστε ζωντανοὶ νεκροί. Τὸ «ἐνός ἔστι χρεία» (τὸ ἓνα ἐπάναγκες) τοῦ Κυρίου πρὸς τὴ Μάρθα ἠχεῖ προειδοποιητικὰ γιὰ ὅλους μας.

Ἀξίζει πραγματικὰ τὸν κόπο νὰ διερευνηθεῖ ἡ βασικὴ στάση τοῦ ἀνθρώπου ὡς πρὸς τὴν τροφή. Ἀσφαλῶς δὲν εἶναι μονοσήμαντη. Θὰ ἔλεγα ὅτι εἶναι ἀμφιρρεπής. Κινεῖται μεταξὺ ἐγκρατείας καὶ γαστριμαργίας, ἀνορεξίας καὶ βουλιμίας. Κι αὐτὸ ἀπ' ἀρχῆς. Καὶ ἡ Εὔα καὶ ὁ Ἀδὰμ κινήθηκαν ἀνάμεσα σ' ἓνα ΟΧΙ καὶ σ' ἓνα ΝΑΙ. Καὶ δὲν εἶναι τυχαῖο ὅτι τὸ μεγάλο στοίχημα παίχτηκε με ἀφορμὴ τῆ γέυση ἑνὸς καρποῦ καὶ τὴν ἐναπόθεση σ' αὐτὸν ἀστήριχτων ὑποσχέσεων καὶ ἐλπίδων.

### Ἐνα συνέδριο καὶ ὁ προβληματισμὸς του

Εἶναι πολὺ σημαντικὴ ὑποθέτω ἡ διερεύνηση τέτοιου τύπου προβλημάτων ποὺ ἄπτονται βασικῶν λειτουργιῶν τοῦ ἀνθρώπου. Γι' αὐτὸ καὶ χαιρετίζουμε με ἰδιαίτερη ἱκανοποίηση τὴν ὀργάνωση τοῦ προσεχοῦς XVIII<sup>ου</sup> Συνεδρίου τοῦ Διεθνoῦς Συνδέ-

σμου Ἰατρο-ψυχολογικῶν καὶ Θρησκευτικῶν Μελετῶν στὴν Ἑλβετία (Λωζάννη καὶ Ἅγιος Μαυρίκιος) 6-10 Ἰουλίου 2009 με θέμα συναφές πρὸς ὅσα ἐκθέσαμε πιὸ πάνω: *Ἡ τροφή καὶ ἡ ἀμφίρροπη στάση μας ὡς πρὸς αὐτήν.*

Καθὼς ὁ Σύνδεσμος ἐπιδιώκει τὴ συνεργασία τῶν ἱατρικῶν καὶ ψυχαναλυτικῶν προσεγγίσεων με τὴ Θεολογία καὶ τὴ Θρησκευολογία ὅπως ἐπίσης καὶ με τὴν Ἀνθρωπολογία καὶ τὴν Κοινωνιολογία, οἱ ποικίλες «μεταφορές» ποὺ ἀφοροῦν στὴν τροφή καὶ διατροφή θὰ δώσουν τὴν εὐκαιρία νὰ διερωτηθοῦμε γιὰ τὶς σχέσεις ποὺ οἱ διαφορετικὲς ἐπιστῆμες μας διατηροῦν οἱ μὲν με τὶς δέ.

Γιὰ νὰ ἐπιτευχθεῖ τοῦτο θὰ ἐφαρμόσουμε μία διασταυρούμενη ἀνάγνωση τοῦ θέματος τῆς ἐνσωμάτωσης-συγχώνευσης-ἀφομοίωσης σὲ φαντασιακές καὶ σὲ συγκεκριμένες διαστάσεις τῆς.

- Ἀκούγοντας τὸ φανταστικὸ τῶν παραμυθιῶν, τῶν μύθων καὶ τῆς σύγχρονης λογοτεχνίας·
- λαμβάνοντας τὴν κλινικὴ πράξη·
- λαμβάνοντας ὑπόψη τὶς διοξασίες, τὰ τελετουργικὰ καὶ τὶς διατροφικὲς πρακτικὲς·
- θὰ ἐπιχειρηθεῖ νὰ φωτιστεῖ ἡ σχέση τοῦ ὑποκειμένου με τὸν ἄλλο ἢ με τὸν ὅμοιο, τὸν ἀπολίτιστο ἢ τὸν πολιτισμένο ἐντὸς μιᾶς πολυπολιτισμικῆς κοινωνίας.

Πιὸ συγκεκριμένα θὰ μελετηθεῖ τὸ γεῦμα σὰν μέσο πολιτισμοῦ.

- Παραμύθια καὶ μύθοι ὡς γνωστὸν ἀναφέρονται σὲ μία φαντασιακὴ λειτουργία νὰ φᾶς κάποιον ἢ νὰ φαγῶθεις, νὰ γλιτώσεις ἀπὸ τὴν ἀπειλή νὰ κατασπαραχθεῖς ἢ νὰ καταποθεῖς μὲν, ἀλλὰ νὰ ἐπιβιώσεις. Σὲ μία στιγμή τῆς ἱστορίας, ὅπου ἀντιμετωπίζουμε με ἰδιαίτερο τρόπο τὴ συνάντηση με τὸν ἄλλο, τὸν διαφορετικὸ, ἀξίζει νὰ μελετηθεῖ τὸ ζήτημα τῆς ἀφομοίωσης ἢ τῆς ἀπόρριψής του, τῆς ὑποδοχῆς ἢ τῆς ἀπόθησής του. Ἴσως ἡ συνάντηση διαφορετικῶν πολιτισμῶν θέτει τὸ ζήτημα τοῦ τρόπου σχέσεως με τὴ διαφορετικότητα. Πρόκειται γιὰ ἐνσωμάτωση ἢ γιὰ ἀπόρριψη; γιὰ χωρισμὸ ἢ γιὰ ἀφομοίωση; Ἡ ἀντιπαράθεση αὐτῶν τῶν δυὸ λογικῶν θὰ ἦταν αἰτία βίας;

- Ἐπὶ πλέον ὑπάρχει ἓνας χώρος ἐνὸς θρησκευτικοῦ συμβολισμοῦ, τελετουργιῶν, ἐνὸς κοινωνικοῦ καὶ ἱεροῦ «σώματος».

- Ἐὰν ὁ Μυστικὸς Δείπνος καὶ ἡ Θ. Εὐχαριστία ἔχει μία ἰδιαίτερη θέση στὴ χριστιανικὴ παράδοση, θυσιαστικὰ γεύματα καὶ νεκρόδειπνοι συγκροτοῦν ταυτότητες στὶς πλείστες θρησκευτικὲς παραδόσεις.

- Ἐξάλλου ἄνδρες καὶ γυναῖκες δὲν ἔχουν τὴν ἴδια σχέση με τὴν τροφή, με τὴ μαγειρικὴ καὶ τὶς πρακτικὲς ποὺ ἀφοροῦν στὴν τράπεζα.

- Ἡ κλινικὴ πράξη ποὺ ἀφορᾷ στὴν ψυχὴ καὶ τὸ σῶμα συνδέεται με ἐνέργειες ὅπως, τρώγω, ἀφομοιώνω, χωνεύω, ἀπορρίπτω καὶ ἐμφανίζονται διαταραχές ποὺ ἀφοροῦν στὴν τροφή καὶ κατὰ πρῶτο λόγο ἔχουν σχέση με τὴν ἀνορεξία, τὴ βουλιμία ἢ τὴν παχυσαρκία ὅπως ἐπίσης με τὸ πένθος καὶ τὴ μελαγχολία.

- Τί θὰ πρέπει, ἄραγε, νὰ σκεφθοῦμε γιὰ τὴ διαδικασία κατάποσης φαρμάκων, τὴν πολυφαρμακία ἢ τὴν ἄρνησή τους; Ἡ δωρεὰ ὀργάνων θὰ ἦταν δυνατόν νὰ θεωρηθεῖ σὰν μία σύγχρονη μορφή καννιβαλισμοῦ;

Ὅπως διαπιστώνουμε, ἀνοίγονται πολλὲς πτυχὲς ἐνὸς διεπιστημονικοῦ προβληματισμοῦ με κέντρο τὴν τροφή καὶ τὶς ποικίλες διαστάσεις τῆς ἀποτυπωμένες ἀκόμη καὶ σὲ ἔργα τέχνης καὶ με ἀναφορὰ σὲ θρησκευτικὰ ἢ κοινωνικὰ δρώμενα. Ἡ προθυμία μέχρι τώρα τῶν μελῶν τοῦ Συνδέσμου ν' ἀνταποκριθοῦν στὴν πρόσκληση γιὰ ὑποβολὴ ἔργασιῶν εἶναι πολὺ μεγάλη. Προβλέπονται γύρω στὶς ἐξήντα πολὺ ἐνδιαφέρουσες ἀνακοινώσεις, διαλέξεις, εἰσηγήσεις.

Ἡ ἑλληνικὴ ὁμάδα θὰ συμμετάσχει με τρεῖς ἐργασίες τῶν:

- Εὐσταθίου Κ. Γιαννῆ, «Ἡ ἀναπαράσταση τῆς τροφῆς στὴ χριστιανικὴ καὶ κυρίως στὴ βυζαντινὴ εἰκονογραφία».

- Κωνσταντίνου Κεραϊδῆ, «Τροφή: ἀπὸ ἀνάγκη, πάθος καὶ ἐξάρτηση. Συμβουλευτικὴ ποιμαντικὴ προσέγγιση».

- Στέφανου Χρ. Κουμαρόπουλου καὶ Ἀλεξάνδρου Μ. Σταυροπούλου, «Διάλογος με τοὺς νέους περὶ γαστριμαργίας καὶ νηστείας. Ὁρθόδοξη πνευματικότητα καὶ σύγχρονη κοινωνία».

Ἡ ὀργανωτικὴ ἐπιτροπὴ ἐπέλεξε σὰν ἔμβλημα τῆς ἀναγγελίας τοῦ συνεδρίου (<http://www.aiepmr.org/indexfr.htm>) μία μεσαιωνικὴ νωπογραφία (φρέσκο) ἀπὸ παρεκκλήσιο αὐγουστινιανῶν μοναχῶν με θέμα τὴν κατάποση τοῦ προφήτου Ἰωνᾶ ἀπὸ τὸ κῆτος καὶ τὴν ἐκβολὴ του ἐπὶ τὴν ξηρὰν (Ἰωνᾶ 2,1-11). Τὸ τρίπτυχο παρουσιάσεως τοῦ συνεδρίου κοσμεῖ πίνακας τοῦ ζωγράφου Arcabas με τίτλο «Ὁ πεινασμένος» κοντὰ στὴ θεματικὴ τοῦ συνεδρίου.

Ἡ ἐν τῇ κοιλίᾳ τοῦ κήτους παραμονὴ τοῦ Ἰωνᾶ τρεῖς ἡμέρες καὶ τρεῖς νύκτες καὶ ἡ ἐκβολὴ του ἐπὶ τὴν ξηρὰν συμβολίζουν ἄλλωστε τὴν ταφὴν καὶ τὴν ἀνάστασιν τοῦ Κυρίου μας, πρᾶγμα ποὺ μᾶς συνδέει κατὰ τρόπο ἐπίκαιρο με τὸν ἑορτασμὸ τοῦ Πάσχα καὶ με συνήθειες πνευματικῆς καὶ ὑλικῆς εὐχίας σύμφωνα με τὸν Κατηχητικὸ Λόγο τοῦ Ἰωάννου τοῦ Χρυσοστόμου ποὺ ἀναγινώσκειται στὴν ἀναστάσιμη Θ. Λειτουργία.

ΧΡΙΣΤΟΣ ΑΝΕΣΤΗ, πατέρες καὶ ἀδελφοί!