

ARKKIMANDRIITTA EPIFANIOS THEODODOPOULOKSEN OHJEITA PAASTOSTA

Arkkimandriitta Epifanios Theodoropoulos (1930–1989) luetaan Kreikan viime aikojen merkittäviin hengellisiin vaikuttajiin. Häntä pidetään hyvin arvostelukykyisenä ohjaajana, joka kulkee kultaista keskitietä. Ohjeet ovat hänen kirjastaan “Ipothikes Zois”.

Paasto on kirkollisena käytäntönä välttämätön

Paaston suhteen isä Epifanios sanoi: “Kovasti pelkään, että ne, jotka ilman terveydellisiä syitä tietoisesti laiminlyövät paaston, eivät todellisesti välitä sielunsa pelastuksesta.”

Omavaltaisia lainsäätäjiä

Isä Epifanios kertoi joskus, että kerran hänen luoksensa tuli eräs hänen hengellisistä lapsistaan ja sanoi: “Kuulkaa isä, minä en hyväksy paastoa. Mitä merkitystä sillä muka on?” Vanhus vastasi hänelle: “Paastokäytäntö on Kirkon säätämä. Se asetettiin Paratiisissa. Profeetat ja Mooses paastosivat, samoin itse Herra, niin myös Apostolit ja Kirkon isät... Jos jatkossakin aiot olla paastoamatta ja pitää nämä näkemyksesi, vaihda silloin ohjaajaa!” Kommentoidessaan tapausta isä Epifanios totesi: “Niin sanoin hänelle. Mikäli hän sitä vastoin olisi sanonut: ‘Kuulkaa isä, hyväksyn paaston Kirkon säätämässä muodossa, mutta en kykene paastoamaan siinä määrin kuin pitäisi. Yritän silti tehdä edes jotain’, silloin minä olisin vastannut hänelle: ‘Hyvä on, lapseni, en moiti sinua. Yritä kuitenkin mukautua Kirkon säädöksiin niin täysin kuin pystyt.’ Mutta hänpä sanoo minulle: ‘En hyväksy paastoa!’ Tuollaisille ihmisille mieleni tekisi sanoa: ‘Kuka sinä luulet olevasi? Mitä sanoja oikein päästät suustasi?’ Kaikkea sitä ihminen saakin kuulla!”

Samantapaisesti isä Epifanios vastasi myös eräälle toiselle, joka synnintunnustuksen yhteydessä ilmaisi luokittelevansa paastot pikkuasioitten joukkoon eikä siksi pitänyt niitä, mutta sanoi pitävänsä huolta siitä, että hänen elämänsä on “oikealla mallilla” uskon perusasioissa. Hänelle vanhus lausui: “Sanopa minulle, tulitko tänne katuvana syntisenä saadaksesi anteeksi vai lainsäätäjänä? Mikäli tulit katuvana syntisenä, silloin et voi pitää paastoa pikkuasiana kristillisessä elämässä. Mikäli puolestaan tulit lainsäätäjänä, silloin et ole Kristuksen oppilas enkä minä voi lukea sinulle synninpäästörukousta.”

Vakava synti

Eräs aviopari, jonka molemmat puoliset olivat isä Epifanioksen hengellisiä lapsia, kertoi seuraavan tapauksen: “Vuonna 1967 olimme Jumalanäidin kuolonuneen nukkumisen paaston aikaan kylässä sukulaistemme luona emmekä paastonneet, vaan seurasimme perheen noudattamia tapoja. Pidimme asiaa hyvin luonnollisena ja annoimme sen itsellemme anteeksi. Jonkin ajan päästä menimme synnintunnustukselle vanhuksemme luo. Emme tulleet maininneeksi tapauksesta mitään, vaan tunnustimme hänelle joitakin aivan muita rikkeitä. Hän luki meille synninpäästörukouksen, minkä jälkeen aloimme keskustella erilaisista mielenkiintoisista aiheista. Keskustelun tuoksinassa satuimme sitten ohimennen mainitsemaan, ettemme olleet paastonneet. Tuntumamme häpeän vuoksi meistä olisi ollut parempi, jos maa olisi nielaissut meidät, kun kuulimme hänen ankarat sanansa: ‘Luuletteko jo käyneenne synnintunnustuksella, vaikka olette jättäneet ilmaisematta näin vakavan synnin?’”

Paastotesti

Kun joku sanoi isä Epifaniokselle olevansa sairas ja lääkärin suositelleen paaston jättämistä, hän lievensi paastoa aina täydelliseen vapautukseen asti tutkimatta tapausta skolastisesti. Jotkut näyttivät moittivan häntä tässä kohden siitä, että hän on liian joustava ekonomiaperiaatteen soveltamisessa. Joskus joku oli sanonut hänelle jopa näin: “Kirkon pyhien isien mukaan hengellisen isän pitää antaa ihmiselle lupa olla paastoamatta terveydellisistä syistä vain silloin, kun sairaan tila on sellainen, ettei hänellä ole voimaa nousta vuoteesta, vaikka kodissa on syttynyt tulipalo, joka lähestyy häntä yhtä aikaa talon jokaiselta neljältä nurkalta. Niin sairas täytyy ihmisen olla!”

Vanhus vastasi: “Eivät pyhät isät puhu tuollaisia!” Henkilö pysyi kannassaan ja väitti, että he puhuvat. Silloin vanhus totesi: “Eivät puhu, sillä isät eivät kirjoituksissaan puhu typeryyksiä! Minä otan synnintunnustuksia vastaan vuodepotilailta, jotka ovat kokeneet aivoverenvuoden tai sydäninfarktin tai ovat liikuntakyvyttömiä perinnöllisten neurologisten sairauksien vuoksi. Vammastaan huolimatta he eivät ainoastaan kykene paastoamaan, vaan hoidollisista syistä heidät suorastaan velvoitetaan siihen. Mutta minulla on myös hengellisiä lapsia, jotka saattavat näyttää terveiltä, koska ovat vireitä ja tekevät työtä, mutta silti heidän on pakko luopua paastoamisesta silmin havaitsemattomien terveydellisten seikkojen takia, esimerkiksi sokeritautitapauksissa. Peruste sille, sallitaanko jonkun luopua paastosta vai eikö sallita, ei siis ole vuoteenomana oleminen tai kyky kävellä, vaan sairauden laatu ja hurskaitten lääkärin näkemys, jota heiltä varta vasten kysytään.”

Vanhus täydensi vielä kantaansa sanomalla: “Paaston tarkoituksena on saattaa kuriin ruumiin synnilliset impulssit ja halut sekä nöyryyttää ihminen. Jos Jumalan sallimuksesta sairaus huolehtii tästä, mihin paastoa enää tarvitaan?”

Vanhus kertoi vielä hymynkare kasvoillaan, että hän oli joskus maininnut isä Paisiokselle, tunnetulle Pyhän Vuoren askeetille, tuon esimerkin paastosta ja tulesta. Isä Paisios oli sanonut hänelle leikkisästi: “Tietenkin, juuri niin sinun pitää tehdä! Kanna aina bensakanisteria mukana ja, jos joku pyytää sinulta lupaa olla paastoamatta terveydellisistä syistä, sano hänelle: ‘Odotapa hiukan!’ Sitten kaada bensaa huoneen neljään nurkkaan ja tuikkaa tuli. Mikäli näet, ettei hän kykene liikahtamaan ja on vaarassa palaa, salli hänen silloin olla paastoamatta. Mutta mikäli näet, että hän hypähtää ylös ja lähtee pois huoneesta pelastuakseen, huuda hänelle: ‘Lupaa ei tule! Sinun pitää ehdottomasti paastota!’”

Paastosääntöjen tarkistus

Kirkon sisällä vaikuttavien maallistuneiden piirien pitkään jatkuneisiin ja sitkeisiin pyrkimyksiin saattaa paastomääräykset tarkistettaviksi ja lievennettäviksi isä Epifanos suhtautui jyrkän kielteisesti. Hän sanoi: “Paaston arvo on niin suuri, että ellei Kirkko aikanaan olisi antanut säädöstä siitä, sen pitäisi tehdä se nyt. Meidän ei suinkaan pitäisi kulkea päinvastaiseen suuntaan ja pyytää, että tämä jo vuosisatoja sitten vakiintunut käytäntö, joka on tuottanut niin monia pyhiä, lakkautettaisiin tai muutettaisiin!”

Paasto ja himot

Edellä mainitut piirit käyttävät hyväkseen jopa isien teksteistä poimittuja ajatuksia, jotka – heidän mielestään – väheksyvät paaston merkitystä uskovien hengelliselle terveydelle vastoin Kirkon virallisesti omaksumaa kantaa. He vetoavat esimerkiksi sellaisiin kohtiin, joiden mu-

kaan paastoaminen on hyödytöntä, kun siihen yhdistyy farisealainen ylpeys, pahan puhuminen, panettelu, viha lähimmäistä kohtaan taikka kostonhalu tai vaikkapa vain herkuttelu ja ylensyönti – silloinkin, kun ruoka on paastonaikaan sopivaa.

Isä Epifanioksen mukaan nämä patristiset näkemykset eivät vähennä paaston merkitystä vähimmäisäkään määrin. Päinvastoin ne osoittavat paaston arvon, kun asettavat sen vastakkain tuollaisten suurten paheiden kanssa, jotka paholainen herättää tehdäkseen paaston tehottomaksi. Isät eivät missään sano, että ne, jotka ovat saavuttaneet vapauden noista paheista ja joita niille vastakkaiset hyveet koristavat, olisivat vapautetut paastoamisesta. Mutta he eivät myöskään sano, että sen, jota nuo paheet vielä pitävät vallassaan, olisi turhaa paastota, koskapa hänen paastonsa on silloin hyödytön. Päinvastoin, paaston laiminlyönti tässä tapauksessa edesauttaa noiden himojen iskostumista ihmiseen entistä lujemmin.

Paasto ja dieetit

Isä Epifanos joutui usein ottamaan kantaa provokatiivisiin väitteisiin, jotka koskivat paastoa. Joskus häneltä kysyttiin: “Isä, kuka paastoa paremmin paastonaikana: se, joka syö kaksi lautasellista öljytöntä linssikeittoa, halvaa ja muuta sellaista, vaiko se, joka syö yhden kovaksi-keitetyn kananmunan?”

Muitta mutkitta vanhus vastasi: “Ensimmäinen, sillä jälkimmäinen noudattaa yksinkertaisesti vain dieettiä!” Näkemystään hän perusteli seuraavasti: “Paastolla on kaksi päämäärää. Ensimmäinen on ruumiin harjaannuttaminen askeesiin rajoittamalla ravintopitoisuudeltaan yltäkyläisten ruoka-aineiden käyttöä ja toinen puolestaan elämän mukauttaminen Kirkon säädöksiin, mikä merkitsee sielun harjaannuttamista. Se, joka syö vaikkapa vain yhden kananmunan paastonaikana ilman terveydellisiä perusteita, rikkoo vuorenvarmasti Kirkon antamaa käskyä. Hän menettelee samoin kuin ne, jotka pyrkiessään ravinto-opillisten syiden vuoksi järjestämään vaihtelua ruokavalionsa syövät tiistaina ja torstaina palkokasveja ja vihanneksia, kun taas keskiviikkona ja perjantaina syövät paastoon soveltumattomia ruokia. Tämä halveksunta Kirkkoa kohtaan on provokatiivista, koska mukautuminen Kirkon säädöksiin ei aiheuta kuluja ja on lisäksi helppo toteuttaa. He voisivat aivan hyvin syödä tiistaina ja torstaina paastotonta ruokaa ja keskiviikkona ja perjantaina paastoruokaa. Näin lopputulos olisi ravinto-opin näkökulmasta täsmällisesti sama, eikä paastoakaan silloin häväistäisi. On selvää, että tällaisissa tapauksissa ihmisiä vaivaa syvä tietämättömyys ja välinpitämättömyys siitä, mitä Kirkko on säättänyt, ellei sitten vielä sitäkin pahempi asia: saatanallinen ylpeys.”

On kai sanomattakin selvää, että isä Epifanos ei suosinut ylensyöntiä paastoruokienkaan kohdalla, ei liioin kalliiden ja harvinaisten erikoisherkkujen käyttöä, vaikka ne luokiteltaisiinkin paastoruuiksi. Ruuan suhteen hän suositteli aina tyytymistä vähään riippumatta siitä, onko paastonaika vai ei. Tätä hän neuvoi yhtä lailla munkeille ja maallikoille. On lisäksi merkillepantavaa, että hän kritisoi usein sitä itsekidutukseen verrattavaa ruuasta pidättäytymistä, johon maailmassa elävät ihmiset usein antautuvat säilyttääksensä linjansa – eikä tietystikään terveydellisistä syistä, vaan näyttääkseen toisten silmissä kauniilta.

Paasto ja nimipäiväjuhlat

Isä Epifanioksen eläessä hänelle esitettiin usein kysymys, onko paastonaikoina luvallista tarjota paastotonta ruokaa esimerkiksi nimipäiväjuhlien, joittenkin poikkeuksellisten tapahtumien ja ystävien keskinäisten tapaamisten yhteydessä. Hän painotti, että ihmisille osoitettu huolenpito on suuri hyve, jonka harjoittamista ei voi laiminlyödä paastonaikoina. Pöytään täy-

tyy tällöin kuitenkin laittaa ehdottomasti paastoruokia. Tietyissä rajoissa ne voivat olla normaalia paremmin valmistettuja tai tavanomaista herkullisempia, jos haluamme osoittaa kunniotustamme jotakuta kohtaan, mutta silti ehdottomasti paastoruokia.

Paasto ja vieraanvaraisuus

Monet ovat vakaasti sitä mieltä, että vieraanvaraisuuden takia paaston noudattamisesta voidaan luopua. Tällöin vedotaan Kirkon historiasta erämaaisien esimerkkiin, sillä he keskeyttivät paastonsa joko osoittaakseen vieraanvaraisuutta jollekulle tai mukautuakseen matkalla ollessaan toisen heille osoittamaan vieraanvaraisuuteen.

Isä Epifanios pani asiat tässä kohden oikeaan järjestykseen. Hän sanoi: “Gerontikonissa ei missään kohden kehuta eikä aseteta esikuvaksi jotakuta askeettia siksi, että hän keskeytti paastonsa vieraanvaraisuussyistä. Kertomukset keskeytetyistä paastoista liittyvät sellaisiin pyhiin erakkoihin ja askeetteihin, joiden henkilökohtainen askeettinen paasto oli paljon ankarampi kuin Kirkon määräämä. He söivät esimerkiksi niukalti keittämättömiä, vedessä liotettuja papuja tai käsittelemättömiä ruohoja tai pienen määrän vedessä liotettuja korppuja – eivätkä he tehneet tätäkään joka päivä, vaan joka toinen tai kolmas päivä tai jopa vieläkin harvemmin.

Jos he siis sattuiivat pitämään vieraanaan jotakuta, he keittivät pavut tai ruohot ja edellyttäen, että öljyn ja viinin käyttö sinä päivänä oli sallittu, kaatoivat ruuan joukkoon hieman öljyä ja joivat myös tilkan viiniä. Tämän lisäksi he saattoivat nähdä normaalia enemmän vaivaa tuon niukan aterian valmistamiseksi osoittaakseen arvonantoa vierastaan kohtaan. Nöyryyden hengessä he samoin ottivat vastaan toisten osoittaman vieraanvaraisuuden niinä harvoina kertoina, jolloin lähtivät jonnekin kilvoittelupaikastaan. Kun vieraanvaraisuudesta johtuvat syyt siten jälleen poistuivat, he palasivat heti ankaraan paastojärjestykseensä tai vielä sitäkin ankarampaan vallatakseen näin takaisin menetetyn maaperän eli varmistakseen sen, etteivät petä itseään ja keksi vieraanvaraisuutta verukkeeksi paastonsa lieventämiseen.”

Isä Epifanios kertoi tässä yhteydessä myös eräästä matkaa tekevästä Egyptin erakosta. Kun erakko vieraili toisten askeetti-isien luona erämaassa, he tarjosivat hänelle tilkan viiniä joko siksi, että viininkäyttö sinä päivänä oli sallittu, tai siksi, että sovelsivat ekonomiaperiaatetta matkanteon hänelle aiheutuman vaivan tähden. Erakko joi kiittäen, mutta palattuaan keljaansa pidättäytyi vedestä yhtä monena päivänä kuin matkansa aikana oli juonut viiniä lasein mitattuna. Tämän johdosta erakon kuuliaisuusveli, joka matkasi hänen kanssaan ja sääli häntä, pyysi salaa heidän isänniltään, etteivät he tarjoaisi hänen vanhukselleen viiniä.

Eräs isä Epifanioksen hengellinen lapsi muisteli paaston suhteen seuraavaa tapausta: “Vuosia sitten ilmaisin vanhukselle synnintunnustuksen yhteydessä, että olimme pitäneet kodissamme serkkuamme vieraana. Hän oli hieman maailmallinen mieleltään, mitä paastopäiviin tulee, emmekä sen vuoksi olleet huomioineet paastoa. Vanhus oli ankara ja sanoi: ‘Yhtenä päivänä syynä on serkku, toisena kummisetä, kolmantena lankomies ja neljäntenä ystävä! Jos näin toimitte, ei ole toivetta, että paastoisitte koskaan. On hyvä, että osoitatte vieraanvaraisuutta. Juuri sitä minä teille suosittelen jopa paastopäivinä tehtäväksi. Mutta silloin teidän tulee tarjota paastoruokia. Ne voivat olla huolella valmistettuja ja herkullisia halutessanne osoittaa kunniotusta jotakuta kohtaan, mutta paastoruokia. Sanokaa hänelle yksinkertaisesti: ‘Tänään on paastopäivä, ja siksi tarjoamme sinulle paastoruokaa. Emme halua rikkoa Kirkon säädöksiä.’”

Paasto ja pidot

Monet isä Epifanioksen hengellisistä lapsista kohtasivat vaikeuksia paastotessaan, kun osallistuivat erilaisiin juhla-aterioihin ystäväpiirissä tai kollegoidensa kanssa: luokkakokouksiin, työneuvotteluihin ja tieteellisiin konferensseihin. On merkillepantavaa, että aikamme sekularisoituneissa länsimaissa tällaiset pidot sijoitetaan lähes poikkeuksitta keskiviikkoihin ja erityisesti perjantaipäiviin, koska seuraava päivä, lauantai, on vapaa ja näin se päättää työviikon. Tässä käytännössä vanhus näki piilevää demonisuutta. Hän kysyi: “Ovatko kaikki muut päivät yhtäkkiä kadonneet jonnekin?”

Juhla-aterioita järjestessään kukaan ei selvästikään huomioi suuria paastonaikoja eikä pidä huolta siitä, että tarjolla olisi paastoruokia. Niinpä jotkin salaatit ovat todennäköisesti ainut tarjolla oleva vaihtoehto niille, jotka haluavat paastota. Isä Epifanioksen kanta tässä kysymyksessä oli ehdoton: “Jos haluatte osallistua tämänkaltaisiin pitoihin, teillä on siihen siunaus, mutta teidän tulee paastota syömällä niitä paastoruokia, joita löydätte. Ellette tule kylläisiksi, jatkakaa syömistä kotonanne tai ravintolassa. Ellette juhla-aterioilla voi noudattaa paastoa, älkää silloin osallistuko niihin.”

Paastoaminen ja pahennus

Joillakin on tapana sanoa: “Kun on koolla paljon ihmisiä, me emme paastoa, ettemme asenteellamme murehduttaisi ketään tai aiheuttaisi kenellekään pahennusta. Jos toimisimme toisin, he huomauttaisivat siitä. Eikö itse Kristus sanonut, ettei meidän pidä näyttää muille paastovamme, niin kuin tekopyhät fariseukset tekivät (Matt. 6:16–18)?”

Tällaisiin näkemyksiin isä Epifanos yleensä vastasi: “Kun me paastoamme tai toteutamme mitä tahansa hyvää, meidän täytyy toimia nöyryyden hengessä, “ansiottomina palvelijoina” (Luuk. 17:10), kuuliaisina Kirkon säädöksille. Näin meidän tulee tehdä kokonaan riippumatta siitä, näkevätkö muut meidät vai eivät. Kuten meidän ei pidä etsiä ylistystä ihmisiltä, meidän ei myöskään pidä pelätä heidän moitteitaan ja huomautuksiaan tehdessämme sen, mihin Jumalan käskyt velvoittavat. Ei ole oikein, että tässä asiassa olemme riippuvaisia siitä, murehtuuko tai pahentuuko joku meidän tähtemme.

Jos me teemme velvollisuutemme, vastuu pahentumisesta raskauttaa pahentunutta, joka viime kädessä ei tunnusta Kristuksen ja Hänen kirkkonsa arvovaltaa elämäämme nähden tai pyrkii oikeuttamaan oman voimattomuutensa. Yleensä ajattelemme niitä, jotka pahentuvat nähdessään meidän paastoavan, mutta jätämme vaille huomiota ne, jotka näkevät meidän rikkovan paastoa – olettaen, että he tietävät periaattemme ja uskomme sisällön. Tässä viimeksi mainitussa tapauksessa pahentumisesta aiheutuva vastuu lankeaa meidän päällemme, sillä me olemme käskyjen rikkojia.

Jos me sitä paitsi ulotamme tämän nurjan ajattelutapamme Kirkon muihinkin säädöksiin, me tuhoamme koko Jumalan moraalilain. Haluan esimerkiksi mennä kirkkoon. Matkalla tapaan melkein aina ihmisiä. Ajattelen: ‘Jos astun kirkkoon ja he näkevät minut, he vaivaantuvat ja raivostuvat ollessaan jumalankieltäjiä. Jos he taas ovat hurskaita uskovia, he ylistävät minua siitä, että kirkkoon menollani osoitan olevani erinomainen kristitty, ja niin heiltä saatu kiitos pyyhkii pois kirkossa käynnistä koituvan hyödyn. Parempi on siis olla lähtemättä kirkkoon ja mennä sinne joskus toiste, kun kukaan ei näe.’ Näin ajatellessa kirkossa käynti jää tyystin! Mutta missä tällaista opetetaan? Mikä Evankeliumi kehottaa meitä toimimaan näin?”