



Κάποιος ρωτούσε μια

μέρα έναν άγιο άνδρα: «Πώς θα αγαπήσω πολύ τον Αγαθό Θεό;». Α! αποκρίθηκε ο άγιος, «ταπεινότης, ταπεινότης». Η υπερηφάνεια είναι αυτή που μας εμποδίζει να γίνουμε άγιοι. Η υπερηφάνεια είναι αλυσίδα, από όπου εξαρτώνται όλες οι κακίες. Η ταπείνωση είναι αυτή από όπου εξαρτώνται όλες οι αρετές (Λουκ. ις´ 15)

- Η ταπείνωση ήταν πάντοτε και θα είναι η αρετή των αγίων. Χωρίς αυτήν δεν υπάρχει αληθινή αγιότητα. Είναι θεμέλιο αυτή και φύλακας όλων των χριστιανικών αρετών, τις οποίες αυτή παρουσιάζει καθαρές και ευάρεστες στο βλέμμα του Θεού (Λουκ. ιη´ 13-14).
- Με αυτήν κερδίζουμε την χάρη και τις ουράνιες ευλογίες. Χωρίς αυτήν η δικαιοσύνη, η φιλανθρωπία, είναι αρετές ατελείς. Χωρίς αυτήν οι προσευχές μας και οι προσπάθειές μας είναι αδύνατες και οι θυσίες μας σχεδόν χωρίς αξία στα μάτια του Θεού. Ο Θεός εγκαταλείπει στις αδυναμίες τους τους υπερηφάνους και ευδοκεί να ευλογεί τους ταπεινούς (Λουκ. ιδ´ 11).
- Χωρίς την ταπείνωση, λέει ευλαβής συγγραφέας, η σκληραγωγία είναι καθαρή υποκρισία, η ύψιστη σκέψη είναι μυαλού πλάνη, και αυτή ακόμη η

πτωχεία είναι ανόητη κενοδοξία (Β΄ Κορ. α΄ 9).

- Η ταπείνωση λέει κάποιος άλλος, είναι όπως η ζυγαριά: όσο περισσότερο χαμηλώνει από την μια μεριά, τόσο περισσότερο υψώνεται από την άλλη.
- Ο άγιος Κυπριανός λέει: Η ταπείνωση είναι η βάση της **αγιότητας**.
- Ο άγιος Ιερώνυμος την παριστάνει σαν πρώτη αρετή των χριστιανών. Άλλος άγιος την ονομάζει θεμέλιο, συντήρηση όλων των αρετών.
- Ο άγιος Γρηγόριος την ονομάζει άλλοτε μητέρα και δέσποινα, άλλοτε ρίζα και πηγή των αρετών.
- Τέλος η **πίστη** προϋποθέτει την ταπείνωση.
- Η υπερηφάνεια είναι η αρχή όλων των αιρέσεων. Εάν νομίζει κάποιος ότι κατέχει ιδιαίτερη παιδεία και αυτήν εκτιμάει, φθάνει στο σημείο να προτιμάει περισσότερο αυτήν από την γνώμη όλης της Εκκλησίας (Ρωμ. ι΄ 13, 16).
- Η **ελπίδα** στηρίζεται πάνω στην ταπείνωση. Ο ταπεινός άνθρωπος γνωρίζει καλά την αδυναμία του και την αθλιότητά του και φέρεται προς τον Θεό με θερμότητα και αποθέτει σ' Αυτόν και μόνο όλη την ελπίδα του (Ρωμ. θ΄ 16).
- Η **αγάπη προς το Θεό** ενισχύεται από την ταπείνωση. Ένα πνεύμα ταπεινό, βλέπει πως ό,τι έχει είναι από τον Θεό. Αισθάνεται κατά κάποιον τρόπο ότι ενθαρρύνεται στο να τον αγαπήσει ακόμη περισσότερο (Ιακ. α΄ 17).
- Η **υπομονή** γεννιέται από την ταπείνωση. Ο ταπεινός γνωρίζει τις ατέλειές του και τα σφάλματά του και κρίνει τον εαυτό του άξιο κάθε τιμωρίας (Β΄ Κορ. ς΄ 4).
- Η ειρήνη, η **γαλήνη της ψυχής** γεννιούνται από την ταπείνωση. Αυτό το λέει ο Κύριος ημών Ιησούς Χριστός «Μάθετε απ' εμού ότι πράος ειμι και ταπεινός τη καρδία» (Ματθ. ια΄ 28-29).
- Να είσαι ταπεινός και θα είσαι **ειρηνικός με τον εαυτό σου**. Τίποτε δεν θα επιθυμείς, τίποτε δε θα ζητάς, δε θα είσαι μελαγχολικός (Ιωαν. ιδ΄ 27).
- Ο ταπεινός άνθρωπος, έλεγε παλαιός ιεροκήρυκας, είναι **γλυκός**, ειρηνικός, ήσυχος, φαιδρός, ευπειθής, επιμελής, γεμάτος ζήλο, ανίκανος να αντιφάσκει.
- Οι ταπεινοί είναι πάντοτε **ενωμένοι** με τους αδελφούς τους.
- Η ταπείνωση διατηρεί την **αγνότητα**. Ο Θεός επιτρέπει πτώσεις στην ψυχή που στηρίζεται στον εαυτό της και έχει αυτοπεποίθηση (Μαρκ. ιδ΄ 29).
- Η ταπείνωση είναι αδελφή της **πτωχείας**. Ο ταπεινός είναι ευχαριστημένος πάντα για όλα, γιατί πιστεύει ότι έχει περισσότερο απ' ό,τι του αξίζει.
- Η ταπείνωση είναι συνδεδεμένη με την **υποταγή**. Η τέλεια ταπείνωση συνίσταται στο να αφήσει κανείς τη δική του θέληση. Είναι και το ευκολότερο μέσο η υποταγή για να κερδίσει κανείς την ταπείνωση (Εφεσ. ε΄ 21).
- Όταν έτσι κάνουμε, θα δούμε ότι όλες οι αρετές εξαρτώνται από την ταπείνωση. Αντίθετα, εάν μια ψυχή δεν κατέχει το φρούριο της ταπεινώσεως, είναι σαν μια πόλη χωρίς οχυρώματα, ανοιχτή σε όλους τους εχθρούς και δε

θα αργήσει να υποκύψει στα πάθη της και να πράξει τα σοβαρότερα αμαρτήματα.

- Η έλλειψη της ταπεινώσεως κάνει τους ανθρώπους και τον ίδιο τον εαυτό μας ενοχλητικούς στα μάτια της.
- Όπου λείπει η ταπείνωση, εκεί είναι ο τρόμος, η σύγχυση και καμιά ανάπαυση. Σβήνεται η αγάπη μέσα στις ψυχές, γεννιέται το μίσος, η διχόνοια, η ζηλοτυπία, η ταραχή στην οικογένεια, στην κοινωνία (Ιακ. γ´ 16). Αντίθετα, όπου βασιλεύει η ταπείνωση, εκεί δεν θα δεις φθόνο, φιλονικία, τίποτα από αυτά που εμποδίζουν την αγάπη (Εφεσ. δ´ 2).
- Οποιαδήποτε ενάρετη πράξη χωρίς την ταπείνωση είναι σαν ένα τείχος χωρίς θεμέλια, που σε λίγο θα πέσει (Ψαλ. 126.1).

[...]

Αρχιμ. Ιγνάτιος Κολιόπουλος, ιδρυτικό μέλος των Αδελφότητων Θεολόγων “η Ζωή” και “ο Σωτήρ”

Πηγή: “Θεμέλιο των Αρετών η Ταπείνωση”, επιμέλεια Π. Ν. Αλεξανδρίδη, εκδόσεις “Τήνος”- xfd.gr