

**Ψυχοφελή Άρθρα**  
Περί Ταπεινοφροσύνης  
Εκ των αγίων Πατέρων

**Πώς αποκτάται η ταπεινοφροσύνη**

Είναι δύσκολο να αποκτήσει κανείς την ταπεινοφροσύνη. Διότι αν δεν απομακρυνθεί από κάθε είδους δόξα, δεν θα μπορέσει να αποκτήσει αυτόν τον θησαυρό. Είναι δε τόσο μεγάλη η ταπεινοφροσύνη, ώστε, ενώ ο διάβολος φαίνεται ότι μιμνῆται όλες τις αρετές, γι' αυτήν ούτε καν γνωρίζει τί τέλος πάντων είναι. Και ο Απώστολος, γνωρίζοντας την ασφάλεια και την σταθερότητά της, μας προστάζει να την ενστερνισθούμε και όλους όσους ασκούν τις αρετές να είναι ντυμένοι μ' αυτήν. Και αν νηστεύεις, και αν ελεῆς, και αν διδάσκεις, και αν είσαι σώφρων και συνετός, πάλι αυτήν να ἔχης σάν τείχος απρόσβλητο για τον εαυτό σου. Ας συσφίγγη και ας συγκρατή τις αρετές σου η ωραιότερη απ' όλες τις αρετές, η ταπεινοφροσύνη. Βλέπεις και στον ἕμνο των αγίων Τριών Παίδων, πώς, ενώ καθόλου δεν ἔκαναν μνεία των ἄλλων αρετών, συγκατέλεξαν τους ταπεινούς μαζί με τους υμνοῦντες, χωρίς ν' αναφερθούν σε σώφρονες η ακτήμονες. Διότι ὅπως είναι αδύνατο να κατασκευασθῆ ἓνα πλοῖο χωρίς καρφιά, ἔτσι είναι αδύνατο και να σωθῆ κανείς χωρίς ταπεινοφροσύνη.

Επειδὴ δε αὐτὴ εἶναι αγαθὴ και σωτήρια, ο Κύριος την ἐνδύθηκε, ὅταν ἐξεπλήρωσε το σχέδιο για την σωτηρία των ἀνθρώπων. Διότι λέγει: «Μάθετε απ' ἐμοῦ ὅτι πράδος ἐμὶ και ταπεινός τῆ καρδία». Πρόσεξε ποῖος εἶναι αὐτός που το λέγει; γίνε τέλειος μαθητὴς του. Αρχὴ και τέλος των αρετών σου ας γίνῃ η ταπεινοφροσύνη. Και ἐννοῶ το ταπεινό φρόνημα, ὄχι το ἐξωτερικὸ σχῆμα μόνο. Στον ἐσωτερικὸ ἄνθρωπο ἀναφέρεται. Διότι αὐτὸν θα τον ἀκολουθήσει και ο ἐξωτερικός. Ἐξετέλεσες ὅλες τις ἐντολές; Το γνωρίζει ο Κύριος. Ἀλλὰ ο ἴδιος σε διατάζει πάλι να γίνῃς δούλος απ' την ἀρχή. Διότι λέγει: «Ὅταν ὅλα τα κάμετε να πῆτε: Ἰχρηστοὶ δούλοι εἴμαστε».

Η ταπεινοφροσύνη λοιπὸν κατορθώνεται με ονειδισμούς, με ὕβρεις, με πλήγματα. Ν? ἀκουσῆς ὅτι εἶσαι ἀνόητος και βλάκας, ζητιάνος και φτωχός, ἀδύναμος και τυποτένιος, ἀπρόκοπος σε ἔργα, χωρίς ευφράδεια στον προφορικὸ λόγο, ἀσχημος στην ἐμφάνισι, ἀσθενής στις δυνάμεις. Αὐτὰ εἶναι τα νεύρα της ταπεινοφροσύνης. Αὐτὰ ἀκουσε και ἔπαθε ο Κύριος. Σαμαρείτη τον εἶπαν και ὅτι ἔχει δαμόνιο. Πῆρε μορφὴ δούλου, ραπίσθηκε, πληγώθηκε.

Πρέπει λοιπὸν κι εμεῖς να μιμούμαστε την ἐμπρακτὴ αὐτὴ ταπεινοφροσύνη. Υπάρχουν λοιπὸν μερικοὶ που υποκρίνονται με τα ἐξωτερικὰ σχῆματα και ταπεινώνουν τον εαυτό τους, θηρεύοντας μ' αὐτὸν ἀκριβῶς τον τρόπο την δόξα των ἀνθρώπων. Ἀλλὰ γίνονται φανεροὶ απ' τους καρπούς τους. Διότι μόλις ὑβρισθοῦν λίγο, δεν το υποφέρουν, ἀλλὰ ξερνοῦν το δηλητήριό τους ὅπως τα φῆδια.

**Οσία Συγκλητική**

**«Καρδὶαν συντετριμμένην και τεταπεινωμένην?»**

Δεν χρειάζεται να δώση ο ἄνθρωπος ἄλλο τίποτε σάν ἀντάλλαγμα για την ψυχὴ του παρά το να γνωρίζῃ τον εαυτό του πὼς εἶναι μηδέν. Και με αὐτὸ θα προσφέρῃ στον Θεὸ «καρδὶαν συντετριμμένην και τεταπεινωμένην», η ὁποία εἶναι η μόνη θυσία που ἀρμύζει να προσφέρεται στο Θεὸ ἀπὸ κάθε ευσεβὴ ἄνθρωπο.

Και αὐτὴν μόνον την θυσία δεν πρόκειται να ἐξουδενώση ο Θεός, ο ὁποῖος γνωρίζει τον ἄνθρωπο πὼς δεν ἔχει ἄλλο τίποτε δικό του να του προσφέρῃ σάν θυσία, καθὼς λέγει και ο Δαυὶδ: «Ὅτι εἰ ἠθέλησας θυσίαν, ἔδωκα ἄν? ολοκαυτώματα οὐκ εὐδοκήσεις. Θυσία τῷ Θεῷ πνεῦμα συντετριμμένον? καρδὶαν συντετριμμένην και τεταπεινωμένην ο Θεός οὐκ ἐξουδενώσει».

Με αὐτὴν την θυσία και σώθηκαν και σώζονται και θα σωθοῦν βασιλεῖς, δυνάστες, ευγενεῖς, δυσγενεῖς, σοφοί, ἀμαθεῖς, πλούσιοι, φτωχοί, ζητιάνοι, ἀδικοὶ, πλεονέκτες, ἄνομοι, ἀσελεγεῖς, φονιάδες και κάθε εἶδος ἀμαρτωλῶν. Και το βάθος αὐτῆς της θυσίας πρέπει να μετράται με το μέτρο των ἀμαρτημάτων? δηλαδή κατὰ τις ἀμαρτίες που ἔκανε ο ἄνθρωπος, ἀνάλογη να ἔχη και την ταπείνωσι και την συντριβή.

Ἀλλὰ ἀκόμη και ὅσοι και δίκαιοι και καθαροὶ τῆ καρδία και ὅλοι γενικά διὰ μέσου αὐτῆς μόνου της θυσίας σώζονται. Και η ἐλεημοσύνη και η πίστις και η φυγὴ του κόσμου και αὐτός ο μεγάλος ἀγώνας του μαρτυρίου ἀπὸ τα κάρβουνα αὐτῆς της

θυσίας, δηλαδή της συντριβής, παίρνουν φωτιά.

Και αυτή είναι η θυσία στην οποία δεν βρίσκεται αμαρτία και η οποία νικά την φιλανθρωπία του Θεού. Γι' αυτήν την θυσία μόνο έρχονται οι αρρώστιες, οι θλίψεις, οι στενοχώριες, τα παύσματα, τα πάθη τα ψυχικά και τα συνακόλουθα σωματικά? για να προσφέρει αυτήν την θυσία στον Θεό κάθε θεοσεβής.

Διότι εκείνος που θα αποκτήσει αυτήν την θυσία, την συντριβή και ταπεινώσει, δεν είναι δυνατόν να πέσει από κανένα μέρος, γιατί βρίσκεται πιο κάτω από όλους. Και ο Θεός δεν κατέβηκε στην γή και δεν ταπεινώσε τον εαυτό του μέχρι θανάτου για τίποτε άλλο παρά μόνο, για να εμφυτεύσει σε όσους πιστεύουν σ' αυτόν «καρδιαν συντετριμμένην και τεταπεινωμένην».

Αν υποθέσουμε ότι κάποιος σκορπίζει όλα του τα υπάρχοντα και τα δίνει σε πτωχούς και νηστεύει και αγρυπνεί και χαμευνεί και προσεύχεται στο Θεό νύκτα και μέρα, και δεν ζητήσει από το Θεό να αποκτήσει καρδιά από φυσικού της συντετριμμένη και τεταπεινωμένη (διότι «πάν δώρημα τέλειον άνωθέν εστι καταβαίνον εκ του Πατρός των φώτων»), αυτός ο άνθρωπος δεν πρόκειται να ωφεληθεί καθόλου τον εαυτό του. Πρέπει λοιπόν να επιζητούμε εκείνη και μόνο την οδό διά της οποίας εμφυτεύεται μέσα μας καρδιά από φυσικού της συντετριμμένη και τεταπεινωμένη.

**Συμεών ο Νέος Θεολόγος**

Δευτέρα 4 Απριλίου 2011  
Δικτυακός Τόπος : Ορθόδοξος Λόγος  
<http://www.orthodoxnet.gr/>

Το URL του κειμένου αυτού είναι :  
<http://www.orthodoxnet.gr/modules.php?op=modload&name=News&file=article&sid=52>