Ταπείνωσις (Αγ. Δημήτριος του Ροστώφ)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 22 Δεκεμβρίου, 2009

Ικέτευε ακατάπαυστα τον Κύριο να σ' αξίωση ν' ανταποκριθής στο θείο κάλεσμά Του: «*Δεύτε πρός με πάντες οι κοπιώντες και πεφορτισμένοι, καγώ αναπαύσω υμάς. Άρατε τον ζυγόν μου εφ' υμάς και μάθετε απ' εμού, ότι πράος ειμί και ταπεινός τη καρδία, και ευρήσετε ανάπαυσιν ταις ψυχαίς υμών*» (Ματθ. 11. 28-29). Πουθενά δεν θα βρης τόση ανάπαυσι, όση μέσα στην ταπείνωσι. Πουθενά δεν θα βρης τόση ταραχή, όση μέσα στην υπερηφάνεια. Ταπεινώσου μπροστά σε όλους και θα υψωθής από τον Κύριο. Αλλά και όταν υψωθής από Εκείνον μείνε πάλι ταπεινός, για να μη χάσης τη χάρι Του, «*Ταπεινώθητε ενώπιον του Κυρίου και υψώσει υμάς*» (Ιακ. 4. 10).

Ο Θεός σε τράβηξε από την ανυπαρξία και σ' έφερε στο φως της ζωής. Η ύπαρξις δεν είναι κατόρθωμα δικό σου. Ούτε γνωρίζεις που θα βρεθής μετά την πρόσκαιρη παραμονή σου σ' αυτή τη γη. Ταπεινώσου, λοιπόν. Και μαζί με τον προφήτη λέγε πάντοτε: «*Κύριε, ουχ υψώθη η καρδία μου, ουδέ εμετεωρίσθησαν οι οφθαλμοί μου, ουδέ επορεύθην εν μεγάλοις, ουδέ εν θαυμασίοις υπέρ εμέ*» (Ψαλμ. 130. 1). Και ακόμα: «*Εγώ δε ειμι σκώληξ και ουκ άνθρωπος, όνειδος ανθρώπων και εξουθένημα λαού*» (Ψαλμ. 21, 7). Χωρίς τη βοήθεια του Θεού τίποτε δεν μπορείς να κάνης. Και όλα όσα έχεις στον Θεό ανήκουν και από Εκείνον τα πήρες δωρεάν. Λοιπόν; «*Τί έχεις ο ουκ έλαβες; ει δε και έλαβες, τί καυχάσαι ως μη λαβών;*» (Α' Κορ. 4. 7).
Χωρίς τη χάρι του Θεού δεν είσαι τίποτα περισσότερο από ένα ξερό καλάμι, ένα άκαρπο δέντρο, ένα άχρηστο κουρελόπανο, σκεύος αμαρτίας, δοχείο παθών. Όλα τα καλά που έχεις μέσα σου είναι της χάριτος του Θεού. Δικό σου είναι μόνο τα πάθη και οι αμαρτίες.

Η μετάνοια, η συντριβή και το πένθος για τις αμαρτίες είναι η αρχή της ταπεινώσεως. Και όταν βάλης αρχή στην ταπείνωσι, τη γνήσια και ειλικρινή, το πρώτο πράγμα που θα αισθανθής θα είναι το μίσος προς κάθε έπαινο και κάθε ανθρώπινη δόξα. Έπειτα θα εξορισθούν σταδιακά από μέσα σου ο θυμός, η οργή, η μνησικακία, ο φθόνος και όλα τα κακά. Ύστερα θ' αρχίσης να θεωρής τον εαυτό σου ως τον αμαρτωλότερο όλων των ανθρώπων και άξιο της κολάσεως. Αυτή η συνείδησις όμως θ' αυξάνη και θα τρέφη την ταπείνωσι, κι έτσι όλο και περισσότερο θα προχωρής προς την κατάκτησι της κορυφής αυτής της θείας αρετής.

Όποιος γνώρισε πραγματικά τον εαυτό του έκανε την αρχή για την απόκτησι της ταπεινώσεως, γιατί είδε το μέγεθος της αδυναμίας του αλλά και τον βόρβορο που

κρύβει μέσα της η ψυχή του. Απελπισμένος τότε από τον εαυτό του, στράφηκε «*συντετριμμένος και τεταπεινωμένος*» προς τον Θεό ζητώντας ακατάπαυστα το έλεός Του.
Να λοιπόν με ποιον τρόπο, λένε οι Πατέρες, θα διαπιστώσης αν άρχισες ν' αποκτάς τη μακαρία ταπείνωσι: αν κυριευθής από μόνιμο και φλογερό έρωτα της προσευχής.
Τί είναι λοιπόν ταπείνωσις; Είναι, όπως είπε κάποιος άγιος, η γνώσις του εαυτού σου και της μηδαμινότητός σου. Και ο δρόμος που οδηγεί στην ταπείνωσι είναι οι σωματικοί κόποι, που γίνονται με επίγνωσι του σκοπού τους, το να θεωρής ειλικρινά τον εαυτό σου χειρότερο απ' όλους τους ανθρώπους και, περισσότερο ακόμη,**κάτω απ' όλη την κτίσι**, καθώς και **η αδιάλειπτη προσευχή**. Αυτός ο δρόμος φέρνει στην ταπείνωσι. Η φύσις της ταπεινώσεως όμως είναι θεϊκή και ακατάληπτη. Γι' αυτό και κανείς δεν μπορεί να σε διδάξη με λόγια το πως δημιουργείται και αναπτύσσεται στην ψυχή, αν δεν το διδαχθής νοερά από τον Κύριο και από την πείρα του πνευματικού αγώνος σου.

Γιατί οι σωματικοί κόποι οδηγούν στην ταπείνωσι; Διότι οι κόποι ταπεινώνουν το σώμα. Και όταν ταπεινώνεται με επίγνωσι το σώμα, ταπεινώνεται και η ψυχή.
Γιατί το να θεωρή κανείς τον εαυτό του κάτω απ' όλη την κτίσι οδηγεί στην ταπείνωσι; Διότι όταν τοποθετηθής εσωτερικά έτσι, είναι αδύνατο να θεωρήσης τον εαυτό σου καλύτερο από τον αδελφό σου ή να υπερηφανευθής για κάτι ή να κατακρίνης ή να εξουθενώσης κάποιον.
Και γιατί η αδιάλειπτη προσευχή οδηγεί στην ταπείνωσι; Διότι, αν κοιτάξης στα βάθη της ψυχής σου, θα δης ότι κανένα καλό δεν έχεις και ότι τίποτε δεν μπορείς να κατορθώσης χωρίς τη βοήθεια και τη χάρι του Θεού. Και τότε δεν θα κουραστής να Τον ικετεύης να σ' ελεήση και να σε σώση. Κι αν κατορθώσης κάτι, γνωρίζεις καλά ότι στη δύναμι του Θεού το οφείλεις και όχι στη δική σου δύναμι. Και ταπεινώνεσαι βαθιά, τρέμοντας μήπως χάσης τη βοήθεια και τη χάρι του Θεού. Κι έτσι με ταπείνωσι προσεύχεσαι και με την προσευχή ταπεινώνεσαι και προοδεύεις πνευματικά. Τέτοια ταπείνωσι είχαν οι άγιοι. Αυτή η ταπείνωσις, μας διδάσκει ο αββάς Δωρόθεος, είναι η τέλεια ταπείνωσις και αναπτύσσεται στην ψυχή σαν φυσικό αποτέλεσμα της ακριβούς τηρήσεως των εντολών του Κυρίου.

(Από το βιβλίο "Πνευματικό Αλφάβητο" του Αγίου Δημητρίου Ροστώφ, ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΠΑΡΑΚΛΗΤΟΥ, 1996)

Διαβάστε περισσότερα από τις εκδόσεις της Ιεράς Μονής Παρακλήτου πατώντας εδώ

"*Η Άλλη Όψις θα ήθελε θερμά να ευχαριστήσει τον Καθηγούμενο της Ιεράς Μονής, για την ευλογία δημοσίευσης των αποσπασμάτων*"