

## Η υπομονή (Άγιος Τύχων, αρχιεπίσκοπος Βορονέζ και Ζαντόνσκ)

Categories : [ΘΕΟΛΟΓΙΑ](#)

Date : 3 Δεκεμβρίου, 2019

### Πρόλογος

ΣΤΗ ΖΩΗ μας οι δοκιμασίες έναλλάσσονται μέ τις χαρές. Ο άνθρωπος κυφορείται μέ πόνους καί γεννιέται μέ ώδίνες. Τό κλάμα είναι ή πρώτη έγκόσμια έκδήλωση τοῦ νεογνοῦ, πού συνεχίζει τήν επίγεια πορεία του μέ ικανοποιήσεις αλλά καί μέ απογοητεύσεις, μέ πανηγυρισμούς αλλά καί μέ πένθη, μέ ήρεμία αλλά καί μέ αναστατώσεις, μέ χορτασμό αλλά καί μέ πείνα, μέ εὐτυχία αλλά καί μέ δυστυχία. Ἔτσι κυλά ὁλος ὁ ἀνθρώπινος βίος, γιά νά τελειώσει μέ τήν ἀρρώστια, τά γηρατεία καί τόν θάνατο.

Ο ἄπιστος ἄνθρωπος καταβάλλεται ἀπό τις δοκιμασίες. Ἄν, μάλιστα, αὐτές είναι πολύ μεγάλες, ἀπελπίζεται καί καμιά φορά φτάνει ὡς τήν αὐτοχειρία. Ο πιστός, ὅμως, γνωρίζοντας τήν αἰτία τῶν δοκιμασιῶν αλλά καί τήν ὠφέλειά τους –τήν ψυχική καλλιέργεια μέσω τῆς ὑπομονῆς καί τήν κληρονομιά τῆς οὐράνιας βασιλείας–, τις ἀντιμετωπίζει σωστά καί τις ἐκμεταλλεύεται σωτήρια, σύμφωνα μέ τις παραινέσεις τοῦ ἁγίου ἀποστόλου Ἰακώβου: **«Νά χαίρεστε, ἀδελφοί μου, ὅταν δοκιμάζεστε ἀπό ποικίλους πειρασμούς· γιατί πρέπει νά ξέρετε ὅτι μέσα ἀπό τή δοκιμασία τῆς πίστεώς σας γεννιέται ή ὑπομονή»** (Ἰακ. 1:2-3). Καί είναι «μακάριος ὁ ἄνθρωπος πού δέχεται μέ ὑπομονή τις δοκιμασίες, καθώς, ἄν τις ὑποστεῖ μέ ἐπιτυχία, θά κερδίσει τό στεφάνι τῆς αἰώνιας ζωῆς» (Ἰακ. 1:12).

Ο Κύριος, ἄλλωστε, μᾶς διαβεβαίωσε: «Μέ τήν ὑπομονή σας θά σώσετε τις ψυχές σας» (Λουκ. 21:19). «Ὅποιος ὑπομένει ὡς τό τέλος, αὐτός θά σωθεῖ» (Ματθ. 10:22). Ο Ἰδιος, μάλιστα, μᾶς ἔδωσε κορυφαῖο παράδειγμα ὑπομονῆς καί μακροθυμίας: «Τίς λοιδορίες δέν τις ἀνταπέδιδε καί, ὅταν ἔπασχε, δέν ἀπειλοῦσε· ἐμπιστευόταν τόν δίκαιο Κριτή» (Α΄ Πέτρ. 2:23). Γι' αὐτό ὁ ἀπόστολος Παῦλος μᾶς προτρέπει νά Τόν μιμηθοῦμε: «Ἀναλογιστεῖτε Αὐτόν πού ὑπέμεινε τόση ἐχθρότητα ἐναντίον Του ἀπό μέρος τῶν ἁμαρτωλῶν, γιά νά μήν ἀποκάμετε καί χάσετε τό θάρρος σας» (Ἐβρ. 12:3). «Νά ὑπομένετε ὅπως ὁ Χριστός» (Β΄ Θεσ. 3:5). «Ἄν ὑπομένουμε, μαζί Του καί θά βασιλεύσουμε» (Β΄ Τιμ. 2:12).

Εὐλογα, λοιπόν, ἀποφαίνεται ὁ ἅγιος Ἰωάννης ὁ Χρυσόστομος ὅτι **«τίποτα δέν είναι ισάξιο τῆς ὑπομονῆς. Αὐτή είναι ή βασίλισσα τῶν ἀρετῶν, τό θεμέλιο τῶν κατορθωμάτων, τό γαλήνιο λιμάνι, ή εἰρήνη μέσα στους πολέμους, ή**

γαλήνη μέσα στη φουρτούνα, ή ασφάλεια μέσα στις επιβουλές, ή δύναμη που κάνει τόν άνθρωπο πίο στέρεο κι από διαμάντι».

**Ὁ “Χρυσόστομος τῆς Ρωσικῆς Ἐκκλησίας”, ὁ ἅγιος Τύχων ὁ Θαυματουργός (1724-1783), ἀρχιεπίσκοπος Βορονέζ καί Ζαντόνσκ, μᾶς διδάσκει μέσ’ ἀπό τίς ἐπόμενες σελίδες ποιὰ εἶναι ἡ ἀληθινὴ ὑπομονή, πῶς ἀποκτᾶται καί πῶς ἐδραιώνεται στὴν ψυχὴ, ποιὰ εἶναι ἡ δύναμή της καί ποιοί οἱ καρποὶ της, μέ ποιὰ μέσα ἐνισχύεται καί ἀναπτύσσεται.** Πιστεύουμε ὅτι οἱ νουθεσίες του θά ὠφελήσουν κάθε φιλόθεο ἀναγνώστη, πού θέλει ν’ ἀκούσει κάποτε τόν Κύριο νά τοῦ λέει: «Ἐπειδή τήρησες τόν λόγο μου κι ἔδειξες ὑπομονή, γι’ αὐτό κι ἐγώ θά σέ διαφυλάξω, ὅταν θά ἔρθει ἡ ὥρα τοῦ τελικοῦ πειρασμοῦ, πού θ’ ἀποτελέσει τή μεγάλη δοκιμασία γιά τόν κόσμο, γιά ὅλους τούς κατοίκους τῆς γῆς» (Ἀπ. 3:10).

### ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΠΑΡΑΚΛΗΤΟΥ

#### Ἡ ὑπομονή

«ΜΕ ΤΗΝ ὑπομονή σας σῶστε τίς ψυχές σας» (Λουκ. 21:19).

«Αὐτό ἐλκύει τή θεία χάρη, τό νά ὑπομένει κανεῖς δοκιμασίες καί νά πάσχει ἄδικα, ἔχοντας τή συνείδηση ὅτι ἔτσι εὐαρεστεῖται ὁ Θεός. **Τί ἀξία θά εἶχε ἂν ὑπομένατε τούς βασανισμούς γιά κάτι κακό πού κάνατε;** Ἄν, ὅμως, κάνετε τό καλό καί σᾶς τιμωροῦν, καί παρ’ ὅλα αὐτά δείχνετε ὑπομονή, τότε θά ἔχετε τήν εὐλογία τοῦ Θεοῦ. Σ’ αὐτό σᾶς κάλεσε ὁ Θεός. Γιατί ὁ Χριστός ὑπέμεινε παθήματα γιά σᾶς, ἀφήνοντάς σας τό ὑπόδειγμα γιά νά βαδίσετε στά δικά Του ἀχνάρια» (Α΄ Πέτρ. 2:19-21).

«Ἐχοντας γύρω μας μιά τόσο μεγάλη στρατιά μαρτύρων, ἅς τινάξουμε ἀπό πάνω μας κάθε φορτίο (βιοτικῶν μεριμνῶν) καί τήν ἁμαρτία, πού εὐκολα μᾶς παρασύρει, καί ἅς τρέχουμε μέ ὑπομονή τό ἀγώνισμα (τοῦ δύσκολου δρόμου) πού ἔχουμε μπροστά μας» (Ἐβρ. 12:1).

Ἡ ζωή μας ἀπό τή γέννηση ὡς τόν θάνατο εἶναι γεμάτη δυσκολίες καί περιπέτειες. Μέ δάκρυα γεννιόμαστε. Μέ στεναγμούς ζοῦμε. Μέ φόβο πεθαίνουμε. Μολονότι νομίζουμε ὅτι πολλοί ἄνθρωποι ζοῦν εὐτυχισμένα, ἡ ἀλήθεια εἶναι ὅτι **δέν ὑπάρχει εὐτυχία πού νά μὴ διαταράσσεται ἀπό πόνο, βάσανα, ταλαιπωρίες, συμφορές. Τό φάρμακο γιά κάθε λογῆς συμφορὰ εἶναι ἡ ὑπομονή.**

Ὅπως ἡ ἀνδρεία τοῦ πολεμιστῆ δέν ἀποδεικνύεται παρά μόνο τήν ὥρα τῆς μάχης,

Έτσι και η **άληθινή ύπομνη δέν φανερώνεται παρά μόνο στον καιρό των δυσκολιών** και των αντιξοοτήτων. Πολλοί νομίζουν ότι έχουν ύπομνη, αλλά με την πρώτη συμφορά αποδεικνύουν τό αντίθετο. Ο καλός καπετάνιος φαίνεται στή φουρτούνα, όχι στή γαλήνη. Ο ύπομονετικός άνθρωπος φαίνεται στή δοκιμασία, όχι στήν εύτυχία.

**Ή ύπομνη συνίσταται στή γενναιόψυχη και άγόγγυστη άποδοχή κάθε κακού, στήν καταστολή του θυμού και της άγανακτήσεως, στήν ταπεινή ύποταγή στό θέλημα του Θεού.**

Συμφορές βρίσκουν τόσο τους άσεβεις όσο και τους εύσεβεις. Μόνο οι δεύτεροι, ώστόσο, τίς σηκώνουν ύπομονετικά και γενναιόψυχα.

Τά ύπάρχοντά τους τά χάνουν τόσο οι δίκαιοι όσο και οι άμαρτωλοί. Οι δίκαιοι αναφωνούν μαζί με τον Ίώβ: **«Ο Κύριος τά έδωσε, ο Κύριος τά πήρε πίσω. Όπως φάνηκε καλό στον Κύριο, έτσι κι έγινε. Εύλογημένο νά 'ναι αιώνια τό όνομά Του!»** (Ίώβ 1:21). Οι άμαρτωλοί, άπεναντίας, βαρυνγώμουν και άγανακτούν.

Άδικίες γίνονται τόσο σέ βάρος των καλών όσο και σέ βάρος των κακών. Οι καλοί συγχωρούν τους άδικητές τους και δέν τους έκδικούνται, έστω κι άν μπορούν. Οι κακοί, άπεναντίας, προσπαθούν με κάθε τρόπο νά ανταποδώσουν την άδικία.

**Ή άληθινή ύπομνη προέρχεται από την πίστη στον άληθινό Θεό· χωρίς την πίστη δέν μπορεί νά ύπάρξει.** Έπειδή ο σαρκικός έαυτός μας θέλει πάντοτε νά γίνεται τό θέλημά του, πού δέν είναι παρά ή άπόλαυση, ή εύχαρίστηση και ή χαρά του κόσμου τούτου, σέ κάθε δυσκολία ή συμφορά του αναστατώνεται, ταραάζεται και άγανακτεί. Όταν, όμως, ζει ή πίστη στήν καρδιά μας, διώχνει την ταραχή, ύπενθυμίζοντάς μας ότι **όλα συμβαίνουν με την πρόνοια του Θεού, ότι τίς δοκιμασίες τίς στέλνει ο Κύριος όχι από σκληρότητα αλλά από άγάπη,** καθώς «διαπαιδαγωγεί όποιον άγαπά» (Έβρ. 12:6), ότι **την πρόσκαιρη θλίψη θά την άκολουθήσει ή αιώνια εύφροσύνη.** Νά πώς παρηγοούσε την ψυχή του στή λύπη ο προφήτης Δαβίδ: «Γιατί είσαι περίλυπη, ψυχή μου; Γιατί με συνταράζεις; Νά έλπίζεις στον Θεό. Σ' Αυτόν θά προσφέρω δοξολογία. Αυτός είναι ο Σωτήρας μου και ο Θεός μου» (Ψαλμ. 41:6).

Σέ κάθε δυσκολία και θλίψη ή ύπομνη μάς παραδίνει στό θέλημα του Θεού και μάς κάνει πρόθυμους νά ύποφέρουμε τά πάντα παρά ν' άμαρτήσουμε μπροστά Του. Στήν πραγματικότητα είναι **ή πίστη, ή μητέρα της ύπομνης,** πού έναντιώνεται στό σαρκικό φρόνημα και τό ύποτάσσει στό θεϊό θέλημα. Ο πιστός, μολονότι από ανθρώπινη άδυναμία προσεύχεται ν' άπαλλαγεί από τή θλίψη –γιατί «τό πνεύμα είναι πρόθυμο, αλλά ή σάρκα είναι αδύναμη» (Ματθ. 26:41)–, άκολουθώντας τον

ἀρχηγό τῆς πίστεως, τόν Κύριο Ἰησοῦ, καταλήγει: «Ἄς μή γίνει τό δικό μου θέλημα, ἀλλά τό δικό Σου» (Ματθ. 26:39).

\* \* \*

**Ὁ ἄνθρωπος ἀποκτᾶ καί ἐδραιώνει μέσα του τήν ὑπομονή, ὅταν ἀναλογίζεται καί ἀποδέχεται τά ἐξῆς:**

1. **Ἵλα ὅσα συμβαίνουν, μέ τήν ἅγια πρόνοια τοῦ Θεοῦ συμβαίνουν.** «Τά καλά καί τά ἄσχημα, ἡ ζωή καί ὁ θάνατος, ἡ φτώχεια καί ὁ πλοῦτος, ὅλα ἀπό τόν Κύριο προέρχονται», λέει ὁ σοφός Σειράχ (11:14). **Νά παραδίνεσαι, λοιπόν, στό ἅγιο θέλημά Του καί στίς συμφορές νά λές μαζί μέ τόν Ἰώβ: «Ἄν τά καλά τά δεχτήκαμε ἀπό τό χέρι τοῦ Κυρίου, δέν θά ὑπομείνουμε καί τά ἄσχημα;»** (Ἰώβ 2:10). Ἀπό τόν πανάγαθο Θεό, τήν Πηγὴ ὅλων τῶν ἀγαθῶν, **δέν μπορεί νά προέλθει παρά μόνο τό ἀγαθό.** Καί μολονότι ὁ σαρκικός λογισμός μας βλέπει τή συμφορὰ σάν κακό, αὐτὴ **στέλνεται γιά τήν ὠφέλεια τῆς ψυχῆς μας.** Γιατί ὁ Θεός δέν θέλει νά μᾶς ἐξασφαλίσει τήν κοσμική εὐτυχία, ἀλλά τήν πνευματική.

2. **Ἀπό φιλανθρωπία μᾶς στέλνει τίς συμφορές ὁ Θεός ὡς παιδαγωγικές τιμωρίες.** «Γιατί ὁ Κύριος παιδαγωγεῖ ὅποιον ἀγαπᾷ» (Ἑβρ. 12:6), ὅπως λέει ὁ ἀπόστολος. **Οἱ τιμωρίες αὐτές, πάντως, ὅσο βαριές κι ἂν εἶναι, δέν ἀναλογοῦν στή βαρύτητα τῶν ἀμαρτημάτων μας,** μέ τά ὁποῖα περιφρονήσαμε τήν ἀγαθότητα τοῦ Θεοῦ. Πάντοτε ὁ πολυέλεος Κύριος **μᾶς τιμωρεῖ ἐλαφρότερα ἀπ' ὅσο μᾶς ἀξίζει.**

Ὁ Θεός μέ τήν ἄπειρη ἀγαθότητα καί μακροθυμία Του **ὑπομένει τήν ἀμαρτωλότητά μας, περιμένοντας τή μετάνοιά μας.** Κι ἐμεῖς, λοιπόν, πρέπει νά ὑπομείνουμε τίς πατρικές παιδαγωγικές τιμωρίες Του καί μάλιστα **νά Τόν εὐγνωμονοῦμε γι' αὐτές,** καθὼς ἀποτελοῦν ἐκδηλώσεις τοῦ ἐλέους Του: **Μ' αὐτές ἐπιδιώκει νά μᾶς σωφρονίσει, νά μᾶς φέρει σέ συναίσθηση καί μετάνοια, καί νά μᾶς ὀδηγήσει στή σωτηρία, ὥστε νά μή χαθοῦμε αἰώνια.**

3. Ἄν ἓνας θνητός βασιλιάς ὑποσχόταν πλοῦτο ἀμύθητο καί δόξα μεγάλη σέ κάποιον φτωχό καί ἄσημο ἄνθρωπο, μέ τήν προϋπόθεση ὅτι αὐτός θά ὑποβαλλόταν σέ μερικές παροδικές δοκιμασίες, ἀμφιβάλλεις ὅτι θά τίς ὑπέμενε ὀλοπρόθυμα; Ἄν ἓνας γιατρός ὑποσχόταν ζωή καί ὑγεία σέ κάποιον ἐτοιμοθάνατο, μέ τήν προϋπόθεση ὅτι αὐτός θά ὑποβαλλόταν σέ μιὰ πολὺ ἐπώδυνη θεραπεία, ἀμφιβάλλεις ὅτι θά τήν ὑπέμενε καρτερικά; Ὁ ἀθάνατος Βασιλιάς, ὁ Θεός, μᾶς ὑπόσχεται πλοῦτο ὄχι φθαρτό ἀλλά ἄφθαρτο καί δόξα ὄχι γήινη ἀλλά οὐράνια, ζητώντας μας μόνο νά ὑπομείνουμε κάποιες ἐφήμερες δοκιμασίες. Ὁ παντοδύναμος Γιατρός τῶν ψυχῶν καί τῶν σωμάτων μᾶς ὑπόσχεται ζωή ὄχι λιγόχρονη ἀλλά αἰώνια καί ὑγεία ὄχι τοῦ θνητοῦ σώματος ἀλλά τῆς ἀθάνατης ψυχῆς, ζητώντας μας μόνο νά ὑπομείνουμε τούς

ἀναπόφευκτους πόνους τῆς **ἀναγκαίας θεραπευτικῆς ἀγωγῆς**. Πῶς, λοιπόν, δέν θά τά ὑπομείνουμε ὅλα, προκειμένου νά λάβουμε τίς ἀνεκτίμητες αὐτές θεῖες δωρεές; Ὁ Κύριος δέν θ' ἀργήσει νά μετατρέψει τή θλίψη μας σέ χαρά: «Ὅσοι σπέρνουν μέ δάκρυα, θά θερίσουν μέ ἀγαλλίαση. Αὐτοί πού πήγαιναν στά χωράφια τους κι ἔσπερναν μέ δάκρυα, θά ἐπιστρέφουν μέ χαρά, φορτωμένοι τή σοδειά τους» (Ψαλμ. 125:5-6). Ἀπό τόν δρόμο τῶν θλίψεων θά φτάσουμε στήν αἰώνια μακαριότητα: «Γιά νά μποῦμε στή βασιλεία τοῦ Θεοῦ πρέπει νά περάσουμε ἀπό πολλές θλίψεις» (Πράξ. 14:22).

4. Ὁ Χριστός, ὁ Υἱός τοῦ Θεοῦ, ἔγινε ἄνθρωπος, ὑπέμεινε παθήματα φρικτά καί πέθανε πάνω στόν Σταυρό. Γιά ποιόν; Γιά σένα καί γιά μένα. Τί Τόν ὤθησε σ' αὐτό; Ἡ ἀγάπη Του γιά σένα καί γιά μένα. Καί γιά ποιό σκοπό; Γιά νά μᾶς ἐξασφαλίσει τήν αἰώνια σωτηρία. Πόσο ἀχάριστοι θά φανοῦμε, λοιπόν, ἄν, μολονότι ὁ Κύριος ὑπέμεινε τόσα γιά χάρη μας, δέν θελήσουμε νά δείξουμε οὔτε λίγη ὑπομονή κι ἐμεῖς γιά χάρη Του, ἢ μᾶλλον γιά τό καλό μας! Γιατί ἡ ὑπομονή ὠφελεῖ ἐμᾶς, ὄχι Ἐκεῖνον, καί ἡ ἀνυπομονησία βλάπτει ἐμᾶς, ὄχι Ἐκεῖνον. Ἄς μήν ξεχνᾶμε ὅτι ὅποιος μετέχει στήν ὑπομονή Ἐκεῖνου, θά μετάσχει καί στή δόξα Του, ὅπως βεβαιώνει ὁ ἀπόστολος (βλ. Ρωμ. 8:17).

5. Ὅπως ἡ δικαιοσύνη ἀπαιτεῖ νά ἐπιβραβεύεται ὁ ἐνάρετος γιά τήν ἀρετή του, ἔτσι ἀπαιτεῖ καί νά τιμωρεῖται ὁ ἀμαρτωλός γιά τίς ἀμαρτίες του. Εἶναι καλύτερα, λοιπόν, νά ὑπομείνει μέ εὐγνωμοσύνη ὁ ἀμαρτωλός τιμωρίες ἐδῶ στή γῆ, ὁμολογώντας τή δικαιοσύνη τοῦ Θεοῦ μαζί μέ τόν προφήτη πού ἔλεγε, «Δίκαιος εἶσαι, Κύριε, καί οἱ ἀποφάσεις Σου σωστές» (Ψαλμ. 118:137), παρά νά μήν ὑπομείνει τιμωρίες στήν παρούσα ζωή καί νά τιμωρεῖται στήν ἄλλη. Ἐδῶ ὁ Θεός τιμωρεῖ, ἀλλά συνάμα καί παρηγορεῖ· ἐκεῖ δέν ὑπάρχει παρηγοριά. Ἐδῶ οἱ τιμωρίες εἶναι ἐλαφριές, παιδαγωγικές καί πρόσκαιρες· ἐκεῖ εἶναι βαριές, καταδικαστικές καί αἰώνιες.

Θυμήσου πού ὀδήγησε ἡ πλατιά ὁδός τόν πλούσιο τοῦ Εὐαγγελίου, ὁ ὁποῖος «φοροῦσε ροῦχα πολυτελή καί διασκεδάζε κάθε μέρα σέ πλούσια συμπόσια» (Λουκ. 16:19). Τόν ὀδήγησε στόν ἄδη! Ἐκεῖ, λοιπόν, καθώς βασανίζοταν, «σήκωσε τά μάτια του καί εἶδε ἀπό μακριά τόν Ἀβραάμ... “Πατέρα μου Ἀβραάμ”, τοῦ φώναξε, “σπλαχνίσου με!... Ὑποφέρω μέσα σ' αὐτή τή φωτιά!”» (Λουκ. 16:23-24). Φώναξε, ἀλλά μάταια.

Ὡ, πόσο μεγάλη εὐσπλαχνία δείχνει ὁ Θεός σ' ἐκείνους πού τιμωρεῖ ἐδῶ καί ἐλεεῖ ἐκεῖ! Καί πόσο μακάριοι εἶναι ἐκεῖνοι πού ὑπομένουν τίς πατρικές Του τιμωρίες! «Ὅταν ὁ Κύριος μᾶς τιμωρεῖ», ἐξηγεῖ ὁ ἀπόστολος, **μᾶς διαπαιδαγωγεῖ, ἔτσι ὥστε νά μήν ὑποστοῦμε τήν τελική καταδίκη μαζί μέ τόν κόσμο** » (Α΄ Κορ. 11:32).

6. **Εἴτε ὑπομένοντας εἴτε μήν ὑπομένοντας, τή συμφορά δέν μπορούμε νά**

**τήν ἀποφύγουμε. Καί ὅταν αὐτή ἔρθει μέ παραχώρηση τοῦ Θεοῦ, δέν μπορούμε νά τήν ξεπεράσουμε μέ τήν ἀνυπομονησία, πού τήν ἀκολουθεῖ μόνο βλάβη καί καταστροφή.**

**Μέ τήν ὑπομονή βρίσκει κανείς ἀνακούφιση σέ κάθε συμφορά.** Ἄς παρατηρήσουμε ἐκείνους πού πάσχουν ἀπό χρόνιας ἀσθένειες. Ὅσοι κάνουν ὑπομονή, μέ τόν καιρό συνηθίζουν στήν κατάσταση αὐτή καί τήν αἰσθάνονται σάν φυσική. Ἀπεναντίας, ὅσοι δέν κάνουν ὑπομονή, ὄχι μόνο ἐπιβαρύνουν τήν κατάστασή τους, ἀλλά καμιά φορά φτάνουν μέχρι τήν αὐτοκτονία, κι ἔτσι στεροῦνται τόσο τήν πρόσκαιρη ὅσο καί τήν αἰώνια ζωή.

Ὅποιος ὑποφέρει μακροχρόνια, ἄς συλλογίζεται: “Ἐκανα ὑπομονή μέχρι σήμερα· μπορῶ, ἐπομένως, νά κάνω καί αὐριο. Ἐκανα ὑπομονή τό βράδυ· μπορῶ, ἐπομένως, νά κάνω καί τό πρωί καί μετά τό πρωί”. Μιά τέτοια σκέψη ἐνισχύει τήν ὑπομονή μέ τή βοήθεια τοῦ Θεοῦ.

**7. Ἡ ὑπομονή στίς συμφορές εἶναι ἀσυμβίβαστη μέ τόν γογγυσμό. Ἐκεῖνος πού γογγύζει, θεωρεῖ, ἀκόμα καί ὅταν δέν τό λέει ξεκάθαρα, ὅτι ἄδικα τοῦ στάλθηκαν οἱ συμφορές ἀπό τόν Θεό. Τό παιδί πού γογγύζει καί ἀγανακτεῖ, ὅταν ὁ πατέρας του τό τιμωρεῖ γιά κάποιο παράπτωμά του, δείχνει ἔτσι ὅτι τήν τιμωρία τή θεωρεῖ εἴτε τελείως ἄδικη εἴτε ὑπέρμετρη. Ὅταν, λοιπόν, κι ἐμεῖς γογγύζουμε καί ἀγανακτοῦμε μέ τίς συμφορές πού μᾶς στέλνει ὁ Θεός, δείχνουμε ἔτσι ὅτι Τόν θεωροῦμε ἄδικο ἢ σκληρό.**

Ποιός ἀπό μᾶς, ὅμως, εἶναι ἀναμάρτητος; Ποιός ἀπό μᾶς εἶναι δίκαιος μπροστά στόν Κύριο; **Συχνά συμβαίνει νά μήν ἔχουμε φταίξει στόν ἄνθρωπο πού μᾶς κατατρέχει, νά ἔχουμε φταίξει, ὅμως, στόν Θεό. Συχνά, ἐπίσης, συμβαίνει νά μήν εἴμαστε ἔνοχοι γιά**

**κάτι πού μᾶς ἀποδίδουν, νά εἴμαστε, ὅμως, ἔνοχοι γιά κάτι ἄλλο. Ἄς δεχόμαστε, λοιπόν, τίς συμφορές μας ὡς δίκαιες τιμωρίες γιά ἁμαρτίες τίς ὁποῖες ἔχουμε ὄντως διαπράξει. Ὅλες οἱ συμφορές μας ἀπό τίς ἁμαρτίες μας προῆλθαν. Γι’ αὐτό σ’ ὅλες τίς συμφορές ἄς βλέπουμε τή δικαιοσύνη τοῦ Θεοῦ καί ἄς ὁμολογοῦμε τό φταίξιμό μας.**

**8. Ὅσο πλησιάζει ἡ ἔσχατη ἡμέρα τοῦ κόσμου, ἡ ἡμέρα τῆς Κρίσεως, τόσο πληθαίνει ἡ κακία. «Καί ἐπειδή πληθαίνει ἡ κακία, ψυχραίνεται ἡ ἀγάπη τῶν πῶ πολλῶν» (πρβλ. Ματθ. 24:12). Σέ τέτοιες συνθήκες δέν περιμένουμε παρά βία καί ἀνομία. Ὅσοι, λοιπόν, θέλουν νά ζήσουν μέ εὐσέβεια, σύμφωνα μέ τό θέλημα τοῦ Χριστοῦ, πρέπει νά ὀπλιστοῦν μέ ὑπομονή καί μ’ αὐτήν, σάν μέ πνευματικό ξίφος, νά ἀποκρούουν τίς ἐπιθέσεις τοῦ κακοῦ. Ἡ κακία νικιέται προπάντων μέ τήν ὑπομονή.**

**9. Άς αναλογιστούμε τή μακροθυμία πού δείχνει ο Θεός σ' όλους τούς άνομους του κόσμου τούτου**, τούς όποιους θά μπορούσε μέσα σέ μία στιγμή νά άφανίσει! Πόσοι είναι οί άσεβεΐς, πού βλασφημοΐν τό άγιο όνομά Του! Πόσοι είναι οί είδωλολάτρες, πού προσκυνοΐν άντί γι' Αϋτόν τά κτίσματά Του! Πόσοι είναι οί άθεοι, πού άρνοΐνται τήν ύπαρξή Του! Πόσοι είναι οί διώκτες και οί αίρετικοί, πού πολεμοΐν τήν Έκκλησία Του! Πόσοι είναι οί άμαρτωλοί, πού άσύστολα καταπατοΐν τόν άγιο νόμο Του! Όλους αϋτούς τούς ύπομένει μακρόθυμα ο πανάγαθος Θεός. **Από τή δική Του μακροθυμία μαθαΐνουμε νά ύπομένουμε κι έμείς τούς έχθρούς μας.**

Όλοι και όλα θά έχουν ένα τέλος. Όλοι θά λάβουν ό,τι τούς αξΐζει. «Νά, ο Κριτής στέκεται κίολας μπροστά στην πόρτα» (Ίακ. 5:9). «Έτοιμος είναι από τόν θρόνο Του νά κρίνει» (Ψαλμ. 9:8). Γνωρίζει καλά ποιό καταπέζον και ποιό καταπέζονται, ποιό καταδιώκουν και ποιό καταδιώκονται, ποιό στεροΐν και ποιό στεροΐνται, ποιό χλευάζουν

και ποιό χλευάζονται, ποιό άδικοΐν και ποιό άδικοΐνται. Έχει μετρημένα τά δάκρυα τών θλιμμένων και τούς στεναγμούς τών φτωχών. Όλα θά τά άποκαλύψει τότε. Και «όλοι μας πρέπει νά παρουσιαστοΐμε μπροστά στό βήμα του Χριστοΐ, για νά πάρει ο καθένας τήν άμοιβή του ανάλογα μέ τά όσα καλά ή κακά έπραξε σ' αϋτή τή ζωή» (Β' Κορ. 5:10).

**10. Η ύπομονή κάνει τόν άνθρωπο άνδρείο**, δυνατό, άνίκητο. Ο ύπομονετικός μπορεί νά στερηθει τά πάντα, μπορεί νά διωχθει, μπορεί νά χτυπηθει, μπορεί νά φυλακιστει, μπορεί νά θανατωθει, αλλά δέν μπορεί νά νικηθει. Γιατί ή δύναμή του δέν είναι σωματική, αλλά πνευματική. Σωματικά καταβάλλεται, αλλά πνευματικά παραμένει άκατάβλητος. Σωματικά πληγώνεται, αλλά πνευματικά παραμένει άβλαβής. Σωματικά φυλακίζεται, αλλά πνευματικά παραμένει έλεύθερος. Σωματικά πεθαΐνει, αλλά πνευματικά παραμένει ζωντανός. Μέ τό πνεΐμα νικά όλους τούς έχθρούς του. Έτσι νικοΐσαν οί άγιοι

μάρτυρες, τούς όποιους οΐτε οί άλυσίδες οΐτε οί φυλακές οΐτε οί μαστιγώσεις οΐτε ή φωτιά οΐτε τά θηρία δέν μπόρεσαν νά νικήσουν. Θριάμβευσαν πάνω σέ όλους και σέ όλα μέ τό έλεύθερο πνεΐμα τους.

**Έσύ πού ύποφέρεις, νά αναλογΐζεσαι τά χειρότερα πού ύποφέρουν άλλοι.** Άν πάσχεις από χρόνια άσθένεια ή μόνιμη άναπηρία και έχεις κοντά σου ανθρώπους πού σέ έξυπηρετοΐν, νά σκέπτεσαι εκείνους πού πάσχουν από βαρύτερη άσθένεια ή άναπηρία και δέν έχουν κανέναν νά τούς φροντίσει· ώστόσο, κάνουν ύπομονή. Άν σέ κατατρέχουν, νά σκέπτεσαι τούς φυλακισμένους, τούς δούλους και τούς αιχμαλώτους, πού ζοΐν μακριά από τίς οικογένειες και τίς πατρίδες τους κάτω από άθλιες συνθήκες, μέ έξοντωτική εργασία, μέ άνεπαρκή διατροφή, μέ συνεχή κακομεταχείριση· ώστόσο, κάνουν ύπομονή. Άν είσαι φτωχός, νά σκέπτεσαι εκείνους πού δέν έχουν οΐτε ένα καλύβι για νά προφυλαχθοΐν από τίς κακοκαιρίες, οΐτε

ροῦχα για ν' αλλάξουν τά κουρέλια τους, οὔτε ἕνα κομμάτι ψωμί για τόν ἑαυτό τους καί τά παιδιά τους· ὡστόσο, κάνουν ὑπομονή. **Ὅλοι αὐτοί ὑπομένουν τόσο σκληρές δοκιμασίες. Πῶς ἐσύ δέν μπορείς νά ὑπομείνεις τίς ἐλαφρότερες δικές σου;**

**Νά θυμᾶσαι πάντοτε ὅτι «αὐτά πού τώρα ὑποφέρουμε, δέν ἰσοσταθμίζουν τή δόξα πού μᾶς ἐπιφυλάσσει ὁ Θεός στό μέλλον»** (Ρωμ. 8:18). Ὅσο βαριές κι ἂν εἶναι οἱ δοκιμασίες μας, ὅσο μεγάλη κι ἂν εἶναι ἡ ὑπομονή πού κάνουμε, ἡ μελλοντική δόξα, πού ἐτοιμάστηκε ἀπό τόν Θεό για τούς ὑπομονετικούς, εἶναι ἀσύγκριτα μεγαλύτερη. Γιατί, ὅπως λέει ὁ ἀπόστολος, «μάτι δέν εἶδε καί αὐτί δέν ἄκουσε καί λογισμός ἀνθρώπου δέν ἔβαλε ὅσα ἐτοίμασε ὁ Θεός γι' αὐτούς πού Τόν ἀγαποῦν» (Α΄ Κορ. 2:9).

Πόσο μεγάλη εἶναι ἡ ἀξία καί ἡ ὠφέλεια τῆς ὑπομονῆς σέ κάθε κοινωνία καί σέ κάθε σχέση! **Μέ τήν ὑπομονή διαφυλάσσονται ἡ ἀγάπη καί ἡ εἰρήνη** ἀνάμεσα στούς ἄρχοντες καί τούς ὑπηκόους, στούς γονεῖς καί τά παιδιά, στούς ἐργοδότες καί τούς ἐργαζομένους, στούς προϊσταμένους καί τούς ὑφισταμένους, στούς συζύγους, στούς ἀδελφούς, στούς γείτονες, στούς φίλους.

**Χωρίς ὑπομονή κανένα καλό δέν γίνεται.** Ἀπό ἀνυπομονησία μαλώνουν ὁ ἄνδρας μέ τή γυναίκα, ὁ ἀδελφός μέ τόν ἀδελφό, ὁ φίλος μέ τόν φίλο. Ἀπό ἀνυπομονησία ἐπιπλήττει τό ἀφεντικό τόν ὑπάλληλο, ὁ πατέρας τόν γιό, ὁ ἄνδρας τή γυναίκα, ὁ ἄρχοντας τόν ὑπήκοο. Ἀπό ἀνυπομονησία, ἐπίσης, ξεσηκώνονται, ὅταν ἐπιπλήττονται, ὁ ὑπάλληλος κατά τοῦ ἀφεντικοῦ, ὁ γιός κατά τοῦ πατέρα, ἡ γυναίκα κατά τοῦ ἄνδρα, ὁ ὑπήκοος κατά τοῦ ἄρχοντα, καί ζητοῦν ἐκδίκηση. Ἡ ἀνυπομονησία διαλύει σπίτια, χωριά, πόλεις καί κράτη, καθώς ἀπ' αὐτήν προέρχονται οἱ διχόνοιες, οἱ φιλονικίες, οἱ ὕβρεις, οἱ αἱματοχυσίες. **Ἡ ἀνυπομονησία κάνει τόν ἄνθρωπο νά στρέφεται καί ἐναντίον τοῦ ἴδιου τοῦ ἑαυτοῦ του, νά χτυπιέται, νά τραβᾷ τά μαλλιά του, νά γίνεται σάν θηρίο ἢ σάν δαιμονισμένος καί καμιά φορά νά αὐτοκτονεῖ, θανατώνοντας ἔτσι ὄχι μόνο τό σῶμα του ἀλλά καί τήν ψυχή του.**

**Ἡ ὑπομονή ἀποτρέπει ὅλα αὐτά τά κακά.** Μακάρια εἶναι τά σπίτια καί τά χωριά, μακάριες οἱ πόλεις καί οἱ κοινωνίες ὅπου κατοικεῖ ἡ ὑπομονή. Γιατί αὐτή εἶναι ὁ ἀμυντικός ὀπλισμός τους καί τό προστατευτικό τεῖχος τους· αὐτή εἶναι ἡ **πηγή τῆς εἰρήνης, ὁ φύλακας τῶν ἀρετῶν, τό στεφάνι τῆς εὐσέβειας, τό σημάδι τῆς πίστεως, ἡ αἰτία τῆς χαρᾶς, ὁ καρπός τῆς ταπεινοφροσύνης, ἡ ἀνάπαυση τῆς συνειδήσεως, τό ἔμβλημα τῶν χριστιανῶν, ἡ ὁδός πρὸς τήν αἰώνια ζωή, ὁ πρόδρομος τῆς οὐράνιας δόξας, ἡ νίκη ἐπὶ τοῦ διαβόλου καί τῶν δαιμόνων.**

\* \* \*



### **Ἡ ὑπομονή ἐνισχύεται καί ἀναπτύσσεται μέ τά ἀκόλουθα μέσα:**

1. **Μέ τήν προσευχή**, μέ τήν ὁποία ζητᾶμε καί παίρνουμε τή βοήθεια τοῦ Θεοῦ, ὥστε νά σηκώσουμε πύ εὐκόλα τόν σταυρό μας. Τό παιδί, ὅταν πονᾷ, καταφεύγει στόν γονιό του γιά νά βρεῖ ἀνακούφιση. Ἔτσι κι ἐμεῖς βρίσκουμε ἀνακούφιση καί παρηγοριά σέ κάθε συμφορά μας, ὅταν μέ τήν προσευχή καταφεύγουμε σ' Ἐκεῖνον πού εἶναι «Πατέρας τοῦ ἐλέους καί Θεός κάθε παρηγοριᾶς» (Β' Κορ. 1:3).

2. **Μέ τήν Ἐξομολόγηση τῶν ἀμαρτημάτων μας**, ἐπειδή μ' αὐτήν ὁμολογοῦμε ταπεινά ὅτι ἐξαιτίας τῆς ἀμαρτωλότητάς μας μᾶς βρίσκουν οἱ συμφορές, καί γι' αὐτό οὔτε γογγύζουμε οὔτε ἔχουμε παράπονα ἀπό κανέναν παρά μόνο ἀπό τόν ἑαυτό μας.

3. **Μέ τήν ψαλμωδία καί τήν πνευματική ὕμνωδία**. Μέ τραγούδια μετριάζουν οἱ στρατοκόποι τή δυσφορία τους ἀπό τή μακρά καί ἐξαντλητική ὁδοιπορία. Μέ τραγούδια ξεδίνουν οἱ ἐργάτες κατά τήν πολύωρη ἐργασία τους. Μέ ψαλμούς καί ὕμνους, λοιπόν, παρηγοροῦνται οἱ πιστοί καί ὑπομένουν τήν κάθε δοκιμασία τους.

4. **Μέ τή μελέτη τῆς Ἁγίας Γραφῆς**. Ὅπως σ' ἕνα φαρμακεῖο βρίσκουμε ποικιλία φαρμάκων, μέ τά ὁποῖα θεραπεύονται οἱ διάφορες σωματικές ἀσθένειες, ἔτσι καί **στήν Ἁγία Γραφή βρίσκουμε ποικιλία θεόπνευστων συμβουλῶν, πού ἐνισχύουν τήν ὑπομονή μας καί μᾶς παρηγοροῦν**. «Ὅσα γράφτηκαν ἐκεῖ στό παρελθόν», λέει ὁ ἀπόστολος, «γράφτηκαν γιά νά μᾶς διδάσκουν, ὥστε μέ τήν ὑπομονή καί τήν ἐνίσχυση πού δίνουν οἱ Γραφές, νά κρατᾶμε στέρεη τήν ἐλπίδα μας» (Ρωμ. 15:4).

(Πηγή: [Ἡ φωνή των Πατέρων](#) Νο 36, [Ἱερά Μονή Παρακλήτου](#), Ὡρωπός)