



Τριώδιον Κατανυκτικόν

Ἕνα Πνευματικὸ Ταξίδι
πρὸς τὸ Τέλος τοῦ παλαιοῦ
καὶ τὴν Ἀρχὴ τοῦ Νέου



■ Περίοδος Τριωδίου: † Κυριακὴ Τελώνου καὶ Φαρισαίου

Ὁ πυρήνας τῆς Ἁγίας Τεσσαρακοστῆς: Ταπείνωση καὶ Μετάνοια *

Μὲ τὴν **Κυριακὴ** αὐτὴ τοῦ Τελώνου καὶ τοῦ Φαρισαίου, εἰσερχόμε-
στε κανονικὰ στὴν περίοδο ποὺ μᾶς προετοιμάζει γιὰ τὴν Μεγάλη
Τεσσαρακοστή, τὴν ὁποία μὲ τρόπο ἐξαιρετικὰ παιδαγωγικὸ προσφέρει
ἡ Ἐκκλησία κάθε χρόνο. **Τ**ὴν ἐπόμενη Κυριακὴ, θὰ ἀκούσουμε τὴν Πα-
ραβολὴ τοῦ Ἀσώτου Υἱοῦ. **Κ**αὶ σήμερα, ὁ Κύριος βάζει ἐνώπιόν μας τὴν
εἰκόνα τοῦ Τελώνου, ἡ ταπεινὴ προσευχὴ μετάνοιας τοῦ ὁποίου ἔρχεται
σὲ τόση ἀντίθεση μὲ τὴν ἄλλη, τὴν ὑπερήφανη προσευχὴ τοῦ Φαρισαίου.

Μὲ τὸν τρόπο αὐτό, ἡ Ἐκκλησία θέλει νὰ ἀντιλαμβανόμαστε ὅλο καὶ
περισσότερο, ὅτι πυρήνας τῆς Σαρακοστῆς μας πρέπει νὰ εἶναι προπάν-
των ἡ Ταπείνωση καὶ ἡ Μετάνοια.

Ἡ Ταπείνωση: **Οἱ** ἅγιοι Πατέρες μᾶς λένε, ὅτι ἡ Ταπείνωση δὲν εἶναι
μία ἀρετὴ σὰν ὅλες τὶς ἄλλες, μία ἀρετὴ ἀνάμεσα σὲ ὅλες τὶς ἄλλες·
πολλοὶ ἀπὸ αὐτοὺς ἐπαναλαμβάνουν συχνὰ τὴν ἐξῆς φράση:

«**Ἡ Ταπείνωση** εἶναι γιὰ τὶς ἄλλες ἀρετὲς
ὅ,τι εἶναι τὸ ἀλάτι γιὰ τὸ σύνολο τῶν συστα-
τικῶν ἐνὸς γεύματος».

Χωρὶς Ταπείνωση, οὔτε ἡ προσευχὴ μας
οὔτε καμμία ἀπὸ τὶς προσπάθειές μας οὔτε
καμμία ἀπὸ τὶς ἀρετὲς θὰ εἶχαν κάποια ἀξία
ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ.

Καὶ οἱ Πατέρες μας φθάνουν μέχρι σημεί-
ου νὰ ποῦν, ὅτι χωρὶς τὶς ἀρετὲς, χωρὶς ὅλα τὰ
ἀσκητικὰ ἔργα τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς,
ὅπως ἡ νηστεία καὶ ὅ,τι ἄλλο συνηθίζουμε τὴν
περίοδο αὐτὴ, ἡ Ταπείνωση μόνη της φθάνει
γιὰ νὰ μᾶς δικαιώσει ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ.



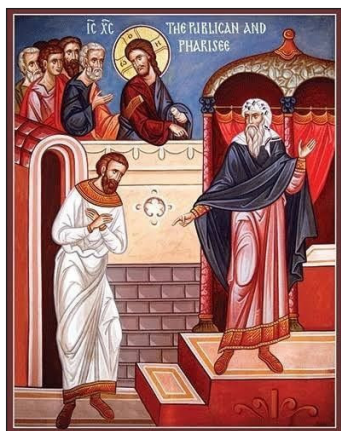
Βεβαίως, αὐτὸ δὲν σημαίνει, ὅτι δὲν θὰ δώσουμε προσοχὴ στὴν νηστεία, ὅτι δὲν θὰ δώσουμε σημασία στὴν ἐλεημοσύνη, στὸ μοίρασμα τῶν ἀγαθῶν μας μὲ τοὺς πιὸ στερημένους, ἀλλὰ ὅλα αὐτὰ δὲν θὰ εἶχαν καμμία ἀξία, καμμία εὐωδία ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ, ἂν δὲν τὰ νοστήμιζε ἡ Ταπεινοφροσύνη, ἡ συνείδηση καὶ ἡ ἀναγνώριση τῆς φτώχειας μας, τῆς ἁμαρτωλότητάς μας, ποὺ ἐπιδεινώνει ἀκόμη περισσότερο τὴν ἀδυναμία μας ὡς κτίσματα.

Καὶ εἶναι αὐτὸ ποὺ πρέπει νὰ δοῦμε στὴν εἰκόνα τοῦ Τελώνου. **Αὐτοῦ** τοῦ Τελώνου ποὺ προσεύχεται ταπεινά, ποὺ σκύβει, θὰ λέγαμε, σὰν νὰ κάνει μετάνοιες ἐνώπιον τοῦ Κυρίου. **Διότι** ἡ |ταπεινοφροσύνη, ὅπως καὶ ἡ Μετάνοια, δὲν εἶναι μόνον ἓνα ἐσωτερικὸ συναίσθημα (ἀσφαλῶς καὶ εἶναι, καὶ πρέπει πρωτίστως νὰ εἶναι), ἀλλὰ γιὰ νὰ ἀληθεύει, πρέπει νὰ διαποτίζει τὴν καρδιά μας, νὰ ἀναβλύζει ἀπὸ αὐτὴν καὶ νὰ μὴν εἶναι κάτω ἐγκεφαλικὸ ἢ φαντασιακό. **Π**ρέπει νὰ σαρκώνεται στὴν συμπεριφορά μας, καὶ γι' αὐτὸ εἶναι τόσο ἀναγκαία μία ταπεινὴ στάση κατὰ τὴν προσευχή. **Α**σφαλῶς, ὑπάρχουν στιγμὲς ποὺ θὰ προσευχηθοῦμε ὀρθιοί, διότι ἡ στάση αὐτὴ ἐκφράζει τὴν υἱική μας σχέση μὲ τὸν Θεό, ἐκφράζει τὸ γεγονός, ὅτι εἴμαστε ἀναστημένοι μαζί μὲ τὸν Χριστό, ἀλλὰ ἡ φτώχεια μας, ἡ συναίσθηση τῆς ἀθλιότητάς μας ὡς ἁμαρτωλῶν ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ, πρέπει νὰ ἐκφράζεται μὲ τὶς μετάνοιες, χαρακτηριστικὸ τῶν Ἀκολουθιῶν μέσα στὸν Ναό, ἀλλὰ καὶ τῆς ἀτομικῆς μας προσευχῆς στὸ ταμεῖο μας, κυρίως κατὰ τὴν Μεγάλῃ Τεσσαρακοστή.

* * *

Ἡ νηστεία, ἡ ὁποία πρέπει νὰ χαρακτηρίζει ὅλως ἰδιαίτερως τὴν Μεγάλῃ Τεσσαρακοστή, δὲν ἔχει νόημα παρὰ μόνον στὸν βαθμὸ ποὺ ἀντιπροσωπεύει τὴν ταπείνωση τῆς καρδιᾶς μας. **Ἄν** ὅμως ἡ Ταπείνωσή μας δὲν σαρκώνεται σὲ συγκεκριμένες συμπεριφορές, θὰ εἶναι μία ταπείνωση φαντασιακή, εἰκονικὴ καὶ κάθε ἄλλο παρὰ πραγματικὴ. **Ἡ** Ταπείνωση πρέπει νὰ ἐκφράζεται **καὶ μὲ τὸ σῶμα μας**. **Ἡ** νηστεία ἀκριβῶς, ἂν διαβάσουμε ὁλόκληρὴ τὴν Ἀγία Γραφή, εἶναι ἓνας ἀπὸ τοὺς τρόπους μὲ τοὺς ὁποίους ὁ λαὸς τοῦ Θεοῦ ἐξέφραζε πάντοτε τὴν Ταπείνωση καὶ τὴν Μετάνοιά του, ὡς προσευχὴ ποὺ συμπεριελάμβανε ὁλόκληρὴ τὴν ὑπαρξή του. **Ἐ**πειδὴ ἀκριβῶς ἐπιστρατεύεται σ' αὐτὴν ὁλόκληρο τὸ εἶναι του, μπορεῖ ὁ ἄνθρωπος ἐκεῖνὴ τὴν στιγμή νὰ γεμίζει, νὰ διαποτίζεται ἡ καρδιά του ἀπὸ αὐτὴν τὴν Ταπείνωση· καὶ τότε δὲν ἀπομένει πιά τίποτε τὸ φαντασιακό, τίποτε τὸ τεχνητό.

Εἴμαστε σῶμα καὶ ψυχὴ, καὶ τὸ σῶμα μας ὀφείλει νὰ ἐκφράζει τὰ συναισθήματά μας, ὥστε αὐτὰ ἀκριβῶς νὰ *σωματοποιοῦνται*, νὰ γίνονται κάτι πραγματικὸ ποὺ ἀφορᾷ ὁλόκληρὴ τὴν ὑπαρξή μας. **Ἄν** κατὰ τὴν Μεγάλῃ Τεσσαρακοστή νηστεύουμε, αὐτὸ σὲ καμμία περίπτωσι δὲν γίνεται ἀπὸ περιφρόνηση πρὸς τὸ σῶμα· ἂν διάγουμε ζωὴ κάπως



αὐστηρὴ ἀπὸ σωματικῆς ἀπόψεως, αὐτὸ καθόλου δὲν τὸ κάνουμε ἐπειδὴ πρέπει τὸ σῶμα νὰ ἀποκλεισθεῖ ἀπὸ τὴν πνευματικὴ ζωὴ, ἀλλὰ ἀντιθέτως, ἐπειδὴ θέλουμε νὰ συμμετέχει καὶ αὐτό.

Ὅμως, ὁ σωστός τρόπος γιὰ νὰ τὸ βοηθήσουμε νὰ μετέχει δὲν εἶναι νὰ τὸ *κολακεύουμε* καὶ νὰ τὸ *καλοπιάνουμε*· γιὰ νὰ θυμηθοῦμε ἕναν μεγάλο πνευματικὸ συγγραφέα τῆς Μεσαιωνικῆς Δύσεως, πρέπει νὰ τὸ κάνουμε καὶ αὐτὸ νὰ περνᾷ *ἓνα εἶδος θανάτου*, ὥστε νὰ ἀναστηθεῖ. **Τὸ** σῶμα μας,

ἔλεγε ὁ ἴδιος αὐτὸς συγγραφέας, πρέπει νὰ μετέχει στὴν πνευματικὴ μας ζωὴ κάπως σὰν τὸν σπόρο ποὺ ὁ καλλιεργητὴς θάβει στὴν γῆ, ὥστε νὰ ἀναστηθεῖ μὲ τὴν μορφή πλούσιας συγκομιδῆς: **«Ε**κεῖνος ποὺ λυπᾶται τὸ σῶμα του δείχνει, ὅτι δὲν ἔχει πίστη ζωντανὴ στὴν ἀνάστασή του».

Ἄν ἡ νέκρωση τοῦ σώματος εἶναι σημαντικὴ στὴν πνευματικὴ μας ζωὴ, ἂν ἡ Ἐκκλησία, ἂν ὅλοι οἱ Ἅγιοι ἔχουν δώσει σὲ αὐτὴν τόση σημασία, αὐτὸ δὲν ἦταν ἀπὸ περιφρόνηση τοῦ σώματος· ὅπως καὶ ὁ καλλιεργητὴς δὲν θάβει τὸν σπόρο ἀπὸ περιφρόνηση πρὸς αὐτόν, κάθε ἄλλο. **Ἀ**λλὰ, ὅπως ἔλεγε ὁ συγγραφέας αὐτὸς στὸν ὁποῖον ἀναφέρθηκα, ἂν λυπηθοῦμε τὸν σπόρο, ἂν λυπηθοῦμε τὸ σῶμα μας, ναί, σημαίνει ὅτι κατὰ βάθος δὲν πιστεύουμε στὴν ἀνάστασή του.

Ὅλη αὕτὴ ἡ ἄσκηση τῆς Τεσσαρακοστῆς, ἡ νηστεία, ἡ λιτότητα τοῦ βίου, εἶναι ἔκφραση τῆς προσδοκίας μας γιὰ τὴν ἀνάσταση ὁλόκληρης τῆς ὑπαρξῆς μας. **Τὸ** σῶμα μας πρέπει νὰ μετέχει στὴν πνευματικὴ μας ζωὴ, ὄχι εὐημερώντας ἀπλῶς κατὰ τὴν φυσικὴ ζωὴ, τὴν καθαρὰ ἀνθρώπινη, ἀλλὰ μὲ τὸ **νὰ τὸ κάνουμε νὰ μετέχει στὸν Σταυρὸ τοῦ Χριστοῦ, στὸν Σταυρὸ αὐτόν ποὺ δὲν εἶναι μόνον ἡ ὁδὸς τῆς ἀναστάσεως, ἀλλὰ περιέχει ἤδη μέσα του, κατὰ τρόπο μυστικὸ, κατὰ τρόπο κεκρυμμένο, τὴν δύναμη, τὴν ἰσχὺ τῆς ἀναστάσεως.**

* * *

Μὲ τέτοια αἰσθήματα ἃς εἰσέλθουμε στὴν Μεγάλῃ Τεσσαρακοστῇ. **Καὶ** ἃς εἰσέλθουμε ἀκολουθώντας τὴν τόσο σοφὴ παιδαγωγία τῆς Ἐκκλησίας μας, ποὺ φανερώνεται κατὰ τὴν προπαρασκευαστικὴ αὕτὴ περίοδο ποὺ τώρα διανύουμε.

Τὴν ἐπόμενη Κυριακὴ, θὰ διαβάσουμε τὴν παραβολὴ τοῦ Ἀσώτου Υἱοῦ. **Π**εριέχει μία θαυμαστὴ διδασκαλία γιὰ τὴν μεταστροφή, τὴν Μετάνοια.

Κυρίως, ὅμως, φωτίζει τὴν διδασκαλία αὐτή, ἀποκαλύπτοντάς μας τὴν εἰκόνα τοῦ Πατέρα, τοῦ οὐράνιου Πατέρα μας. **Δ**ιότι, ἡ Ταπείνωση καὶ ἡ μετάνοια δὲν ἀποκτοῦν τὴν ἀληθινὴ σημασία τους, παρὰ μόνον ἂν συνοδεύονται ἀπὸ τὴν ἐπίγνωση αὐτῆς τῆς ἀγάπης τοῦ Πατέρα γιὰ μᾶς, τοῦ Πατέρα ποὺ περιμένει τὴν ἐπιστροφή μας, ποὺ περιμένει τὴν παραμικρὴ κίνηση ταπεινοφροσύνης καὶ ἐμπιστοσύνης ἀπὸ τὴν πλευρά μας.

Πρέπει νὰ ἔχουμε πλήρη συνείδηση, ὅτι ὁ Θεός μας δὲν εἶναι Θεὸς μακρινός, ἀλλὰ ὅτι ὁ δικός μας Θεός, ὁ δημιουργὸς τοῦ ἀπέραντου αὐτοῦ κόσμου ποὺ μᾶς περιβάλλει, εἶναι γιὰ μᾶς Πατέρας, ἓνας Πατέρας ποὺ ἀναμένει τὴν παραμικρὴ κίνηση τῆς καρδιάς μας, πάντοτε ἔτοιμος νὰ μᾶς δεχθεῖ μόλις δεῖ τὴν ἐλάχιστη ἔννοια Μετανοίας ἐκ μέρους μας, ἀκριβῶς ὅπως ὁ Πατέρας τοῦ Ἀσώτου τῆς Παραβολῆς.

Ἄs τὰ ἀναμοχλεύουμε αὐτὰ συνεχῶς μέσα στὴν καρδιά μας καὶ ἃς ἐργαζόμαστε, ὥστε οἱ ἀλήθειες αὐτὲς νὰ μεταφράζονται πράγματι σὲ τρόπο ζωῆς.

Δόξα εἰς τὸν οὐράνιο Πατέρα μας, εἰς τὸν Υἱό Του τὸν ἀγαπητὸ καὶ εἰς τὸ Πνεῦμα Του τὸ Ἅγιο, εἰς τοὺς αἰῶνας τῶν αἰώνων. **Ἀμήν!**



(*) π. Πλακίδα Deseille, «Μυστικὴ Ἄνοδος», σελ. 33-39, ἐκδόσεις «Ἑαρ», Φεβρουάριος 2022. ● Ἐπιμέλ. ἡμετ.