

Ταπείνωση: Το κλειδί του Παραδείσου.

Μιχάλης. Κουτσός, .Φιλολόγος – Συγγραφέας.



Γέννηση του Χριστού, Πυρογραφία Ιεράς Σκήτης Αγίας Μαρίας Μαγδαληνής,
Λητή Θεσσαλονίκης

Καταρχάς να κάνουμε μια διευκρίνιση: Ο Παράδεισος δεν είναι μόνο στον ουρανό αλλά είναι και εδώ. Βέβαια ακούμε να τραγουδούν, «μία είναι η ουσία, δεν υπάρχει αθανασία» κι ακόμα «εδώ είναι ο Παράδεισος εδώ είναι και η κόλαση». Αυτοί που το λένε έχουν αποκλείσει κάθε άλλη πιθανότητα και αρκούνται στις απολαύσεις αυτού του κόσμου.

Βεβαίως «εδώ είναι ο Παράδεισος εδώ είναι και η κόλαση» αλλά όχι μόνο εδώ. Το θέμα του Παραδείσου είναι θέμα πίστης αλλά και βεβαιότητας. Βλέπουμε στην παραβολή του πλουσίου και του Λαζάρου, ο πλούσιος να πηγαίνει στο πυρ της κόλασης και ο Λάζαρος στην δροσερή και τρυφερή αγκαλιά του Αβραάμ, του Θεού. Μπορεί πολλοί να μην πήγαν στον ουράνιο Παράδεισο όσο ζούσαν, υπήρξαν όμως αρκετοί που πήγαν, όπως ο απόστολος Παύλος που μιλάει για τον τρίτο ουρανό του Παραδείσου.

Υπάρχει λοιπόν Παράδεισος. Το θέμα όμως είναι πού θα βρούμε το κλειδί, να ξεκλειδώσουμε και να μπούμε μέσα. Το κλειδί βρίσκεται στον Λόγο του Θεού, ο οποίος διδάσκει το πώς θα μπούμε μέσα και δεν είναι άλλος τρόπος παρά ο δρόμος της ταπείνωσης. Η ταπείνωση είναι το χαρακτηριστικό του Χριστού, που πρώτος άνοιξε τις πύλες του Παραδείσου, αλλά και των άλλων αγίων «προεξαρχούσης της Μαριάμ» δηλαδή της Παναγίας.

Η ταπείνωση του Χριστού.

Ο Χριστός είναι το ιδανικό πρότυπο της ταπείνωσης. Όλη του η βιοτή αποπνέει το άρωμα της ταπείνωσης, με την οποία έδειξε τον δρόμο του Παραδείσου.

Και πρώτα πρώτα η ενανθρώπισή του. Ο Παντοδύναμος και μεγαλοπρεπής Θεός καταδέχεται να φορέσει την ανθρώπινη σάρκα και να γίνει από βασιλιάς των βασιλιάδων δούλος των ανθρώπων. « [Ο Ίησοῦς Χριστός] ἐν μορφῇ Θεοῦ ὑπάρχων οὐχ ἄρπαγμὸν ἠγήσατο τὸ εἶναι ἴσα Θεῷ, ἀλλ' ἐαυτὸν ἐκένωσε μορφὴν δούλου λαβών, ἐν ὁμοιώματι ἀνθρώπων γενόμενος, καὶ σχήματι εὐρεθεὶς ὡς ἄνθρωπος ἐταπείνωσεν ἐαυτὸν γενόμενος ὑπήκοος μέχρι θανάτου, θανάτου δὲ σταυροῦ. Δι' ὃ καὶ ὁ Θεὸς αὐτὸν ὑπερύψωσε καὶ ἐχαρίσατο αὐτῷ ὄνομα τὸ ὑπὲρ πᾶν ὄνομα. (Προς Φιλιππησίους ἐπιστολή (2, 6 -10) τοῦ Ἀποστόλου Παύλου». Η συγκατάβαση αυτή του Θεού ήταν απόρροια της μεγάλης του αγάπης προς τον άνθρωπο, ώστε «Σὺ ἐκ τοῦ μὴ ὄντως εἰς τὸ εἶναι ἡμᾶς παρήγαγες καὶ παραπεσόντας ἀνέστησας πάλιν καὶ οὐκ ἀπέστης πάντα ποιῶν, ἕως ἡμᾶς εἰς τὸν οὐρανὸν ἀνήγαγες καὶ τὴν βασιλείαν σου ἐχαρίσω τὴν μέλλουσαν» (Ευχὴ ιερῶς κατὰ τὴν Θ. Λειτουργία).

Ύστερα ο τρόπος της Γέννησής του Χριστού. Θα μπορούσε να γεννηθεί αν όχι σε παλάτι ως βασιλιάς αλλά τουλάχιστον σε κάποιο αξιοπρεπές σπίτι, κι όμως το σχέδιο του Θεού για να διδάξει την ταπείνωση ο Μονογενής Υιός του ήταν να γεννηθεί σε σταύλο μαζί με τα ζώα. Βέβαια η δοξολογία των αγγέλων και η προσκύνηση των Μάγων δήλωνε την θεϊκή του καταγωγή αλλά αυτό μόνο οι απλοί και ταπεινοί βοσκοί μπόρεσαν να το καταλάβουν.

Η μετέπειτα ζωή του Χριστού πριν βγει δημοσίως και διδάξει τον θείο του λόγο ήταν η απλή και ταπεινή ζωή ενός μαραγκού, που εκτελούσε τις εντολές του θετού του πατέρα, του Ιωσήφ. Αλλά και η επιλογή των απλών και ταπεινών ψαράδων για μαθητές Του, που θα μετέδιδαν τον θείο του λόγο στους ανθρώπους, ήταν μια πράξη ταπείνωσης. Από εκεί και ύστερα όλη η δημόσια ζωή του ήταν απλή και ταπεινή, που φαίνεται τόσο από την απλή ενδυμασία του όσο και από την απλή διατροφή την δική του και των μαθητών του. Δεν κουβαλούσαν τροφές μαζί τους στις περιοδείες τους αλλά φιλοξενούνταν από τους πιο αμαρτωλούς ανθρώπους, τελώνες και πόρνες, για να βρει ευκαιρίες και να τους σώσει. Αυτό ήταν σκάνδαλο για τους Φαρισαίους που τον κατηγορούσαν ότι «γευματίζε μετά τελωνών και πορνών». Η μόνη γνωστή περίπτωση προμήθειας κάποιας τροφής ήταν, όταν οι μαθητές πήγαν να ψωνίσουν κάτι και να φάνε, όπως γνωρίζουμε από την συνάντησή του με την Σαμαρείτιδα. Κι όταν του έφεραν να φάει κάτι τους είπε: «ὅτι ἐγὼ βρῶσιν ἔχω φαγεῖν, ἢν ἡμεῖς οὐκ οἶδατε. Ἐμὸν βρῶμα ἐστὶν ἵνα ποιῶ τὸ θέλημα τοῦ πέμψαντός με καὶ τελειώσω αὐτοῦ τὸ ἔργον».

Το ότι πάλι καταδέχτηκε όχι μόνο να γίνει άνθρωπος αλλά να κατηγορηθεί και να σταυρωθεί ως κακούργος μεταξύ δυο ληστών είναι και αυτό ένδειξη άκρας ταπείνωσης.

Όλες οι φάσεις της σταυρικής θυσίας του Χριστού, «ή προδοσία, ή σύλληψη, τό δέσιμο, ή περιφορά από κριτή σέ κριτή, ή έγκατάλειψη τῶν μαθητῶν, ή ἄρνηση τοῦ Πέτρου, ή καταδίκη, ή προτίμηση τοῦ Βαραββᾶ, ή φραγγέλωση, οἱ έμπαιγμοί, ή πορεία πρὸς τόν Γολγοθᾶ, ή σταύρωση, τό λόγχισμα της πλευράς» αποτελούν δείγματα άκρας ταπείνωσης.

Αλλά και μετά την Ανάστασή του γνώρισε ταπεινώσεις, όταν χαρακτηρίστηκε από τους Γραμματεῖς και Φαρισαίους «ως πλάνος» και ότι πληρώθηκαν κάποιοι και έκλεψαν το σώμα του Χριστού. Αλλά και η απιστία των μαθητών και η διάθεσή του να δείξει τους «τύπους των ήλων» στα χέρια και την πλευρά ήταν πράξη ταπείνωσης και κατανόησης της αδυναμίας της ανθρώπινης λογικής. Την ίδια διάθεση ταπείνωσης έδειξε, όταν στην πορεία προς Εμμαούς εξηγούσε στον Λουκά και τον Κλεόπα αυτά που επανειλημμένως τους είχε πει αλλά δεν πίστευαν ότι μπορούσαν να γίνουν.

Η ταπείνωση στην Παλαιά Διαθήκη.

Ταπείνωση έδειξε και ο Πατριάρχης Άβραάμ, όταν έλεγε: «Καὶ ἀποκριθεὶς Ἄβραάμ εἶπε· νῦν ἠρξάμην λαλῆσαι πρὸς τὸν Κύριόν μου, ἐγὼ δὲ εἶμι γῆ καὶ σποδός» (Γενέσεως ιη΄ 27).

Την ίδια ταπείνωση έδειξε και ο Μωυσής, όταν ο Θεός τον καλούσε να ηγηθεί του Ισραηλινού λαού για την γη της Χαναάν: «Καὶ εἶπε Μωυσῆς πρὸς τὸν Θεόν· τίς εἶμι ἐγώ, ὅτι πορεύσομαι πρὸς Φαραὼ βασιλέα Αἰγύπτου, καὶ ὅτι ἐξάξω τοὺς υἱοὺς Ἰσραὴλ ἐκ γῆς Αἰγύπτου; » (Ἐξόδου γ΄ 11, δ΄ 10) ἰσχνόφωνος καὶ βραδύγλωσσος ἐγὼ εἶμι» (Ἐξόδου δ΄ 10).

Ο προφητάναξ Δαυίδ αποδίδει όλα όσα απέκτησε στον Θεό: «Καὶ τίς εἶμι ἐγὼ καὶ τίς ὁ λαός μου, ὅτι ἰσχύσαμεν προθυμηθῆναί σοι κατὰ ταῦτα; ὅτι σὰ τὰ πάντα, καὶ ἐκ τῶν σῶν δεδώκαμέν σοι» (Α΄ Παραλειπομένων (Α΄ Χρονικῶν) κθ΄ 14)

Ο Ιώβ μπροστά στις δυστυχίες που δοκίμαζε δεν τολμούσε να διαμαρτυρηθεί για τα πολλά του βάσανα: «Τί ἔτι ἐγὼ κρίνομαι, νουθετούμενος καὶ ἐλέγχων Κύριον, ἀκούων τοιαῦτα οὐθὲν ὦν; ἐγὼ δὲ τίνα ἀποκρισιν δῶ πρὸς ταῦτα; χεῖρα θήσω ἐπὶ στόματί μου» (Ἰώβ μ΄ 4).

«Διὸ ἐφαύλισα ἑμαυτὸν καὶ ἐτάκην, ἤγημαι δὲ ἑμαυτὸν γῆν καὶ σποδόν» (Ἰώβ μβ΄ 6), και επαναλάμβανε συχνά: «εἴη το ὄνομα Κυρίου ευλογημένον ἀπό του νυν και ἕως του αἰῶνος».



Η ταπείνωση στην Καινή Διαθήκη

Η επιλογή του να βαπτιστεί από τον Ιωάννη Πρόδρομο, ο οποίος διακήρυττε με ταπείνωση ότι αυτός δεν ήταν άξιος να λύσει ούτε τα κορδόνια των υποδημάτων του, δείχνει υπακοή στον δούλο του και διάθεση να στηρίξει το έργο της μετάνοιας, το οποίο επιτελούσε αυτός.

Μία από τις κατεξοχήν πράξεις ταπείνωσης του Χριστού ήταν να πλύνει τα πόδια των μαθητών του. Αυτό είναι από τα ακατανόητα αλλά αν σκεφτούμε ότι η ταπείνωση ήταν η ουσία της διδασκαλίας του Χριστού, ο οποίος δίδασκε ότι «καὶ γὰρ ὁ υἱὸς τοῦ ἀνθρώπου οὐκ ἦλθεν διακονηθῆναι ἀλλὰ διακονῆσαι καὶ δοῦναι τὴν ψυχὴν αὐτοῦ λύτρον ἀντὶ πολλῶν (Μαρκ. 10, 44-46), δεν θα μας φανεί παράξενο.

Αλλά και τους θεραπευμένους ανθρώπους τους παράγγειλε να μην κοινοποιούν το θαύμα της θεραπείας τους: «Καὶ λέγει αὐτῷ ὁ Ἰησοῦς· ὄρα μηδενὶ εἴπης, ἀλλὰ ὕπαγε σεαυτὸν δεῖξον τῷ ἱερεῖ καὶ προσένεγκε τὸ δῶρον ὃ προσέταξε Μωσῆς εἰς μαρτύριον αὐτοῖς» (Ματθαίου η' 4).

Ο Εκαντόνταρχος έδειξε ταπείνωση και δεν ήθελε να έρθει ο Χριστός στο σπίτι του, διότι θεωρούσε τον εαυτό του αμαρτωλό κι έτσι πέτυχε την θεραπεία του δούλου του, τον οποίο αγαπούσε σαν παιδί του: «Καὶ ἀποκριθεὶς ὁ ἑκατόνταρχος ἔφη· Κύριε, οὐκ εἰμὶ ἰκανὸς ἵνα μου ὑπὸ τὴν στέγην εἰσέλθης· ἀλλὰ μόνον εἶπέ λόγῳ, καὶ ἰαθήσεται ὁ παῖς μου» (Ματθαίου η' 8).

Η Χαναναία δεν ντράπηκε που ο Χριστός της είπε ότι δεν είναι Εβραία και δεν δικαιούται την θεραπεία αλλά της ίδιας της αρκούσε να φάει τα ψυχία που έπεφταν από το τραπέζι που έστρωνε για τους Εβραίους κι έτσι θεραπεύτηκε και αυτή: «Ἡ δὲ εἶπε· ναί, Κύριε· καὶ γὰρ τὰ κυνάρια ἐσθίει ἀπὸ τῶν ψυχίων τῶν πιπτόντων ἀπὸ τῆς τραπέζης τῶν κυρίων αὐτῶν» (Ματθαίου ιε' 27).

Ο απόστολος Πέτρος μπροστά στην ευεργεσία του Θεού νιώθει την αναξιοτήτά του: «Ἰδὼν δὲ Σίμων Πέτρος προσέπεσε τοῖς γόνασιν Ἰησοῦ λέγων· ἔξελθε ἀπ' ἐμοῦ, ὅτι ἀνὴρ ἀμαρτωλὸς εἰμι, Κύριε·» (Λουκᾶ ε' 8).

Ο απόστολος Παύλος χαρακτηρίζει τον εαυτό τους ως τον έσχατο των Αποστόλων και έκτρωμα της γης.



Η ταπείνωση στους αγίους.

Όλοι οι άγιοι έδειξαν ταπείνωση έχοντας τον Χριστό ως το αιώνιο πρότυπο. Ο απόστολος Παύλος χαρακτηρίζει και τον εαυτό του και τους άλλους αποστόλους «λοιδορούμενοι ευλογούμεν, διωκόμενοι ανεχόμεθα, βλασφημούμενοι παρακαλούμεν ως περικαθάρματα του κόσμου εγεννήθημεν, πάντων ερίψημα έως άρτι» (Α΄ Κορ.4,9-13). Κι όμως ήταν οι ευαγγελιστές της αγάπης, της ειρήνης και της σωτηρίας των ανθρώπων.

Την ίδια υποποιοΐ ταπείνωση παρατηρούμε και στον άγιο Νικόλαο, όπως τονίζεται στο απολυτίκιό του: «διὰ τοῦτο ἐκτήσω τῆ ταπεινώσει τὰ ὑψηλά». Πολλοί άγιοι ήταν πλούσιοι, είχαν αξιώματα και τα άφησαν όλα, έγιναν ταπεινοί εργάτες του ευαγγελίου, όπως π.χ. ο άγιος ο Μάξιμος, ο οποίος ήταν σημαίνον πρόσωπο στην αυλή του βυζαντινού αυτοκράτορα και όμως τα άφησε όλα και προτίμησε την αφάνεια, την άσκηση και την αφιέρωση στο Θεό.

Άλλη θαυμαστή περίπτωση είναι οι κατά Χριστόν «σαλοί άγιοι». Δεν είναι μικρό πράγμα να τα έχεις τετρακόσια και να επιλέγεις να φέρεις σαν τρελός, για να ταπεινωθείς και να μιμηθείς την ταπεινότητα του Χρι-

στού. Αυτό μόνο η σφοδρή αγάπη τους προς τον Θεό μπορεί να δικαιολογήσει αυτήν την συμπεριφορά.

Συχνά λέμε, όταν μας συμβεί κάτι κακό: «Γιατί με τυραννάς Θεέ μου;», «Γιατί σε μένα αυτό το κακό που Σε πιστεύω και είμαι δίπλα Σου;», και όχι στους άλλους που βλαστημούν Εσένα και την Μητέρα Σου;», και άλλα παρόμοια, βάζοντας έτσι τον άπειρο, πανάγιο και πάγκαλο Θεό στο εδώλιο του κατηγορουμένου, ταπεινώνοντάς Τον με τον τρόπο αυτό και υπερυψώνοντας τον εαυτό μας σε κριτή του Δημιουργού και Σωτήρα μας.

Αντίθετα θα πρέπει όμοια με τον Τελώνη, με ταπεινωμένο το κεφάλι, να ζητάμε το έλεος του Θεού. Τότε θα αγωνιζόμαστε με ταπείνωση και επομένως θα προσελκύουμε το έλεος και την Χάρη Του, με τις πράξεις μας και με την συμπεριφορά μας. Θα πρέπει να πιστεύουμε στον αψευδή λόγο του Θεού, οποίος είπε στην παραβολή: «λέγω ὑμῖν, κατέβη οὗτος δεδικαιωμένος εἰς τὸν οἶκον αὐτοῦ παρ' ἐκεῖνον· ὅτι πᾶς ὁ ὑψῶν ἑαυτὸν ταπεινωθήσεται, ὁ δὲ ταπεινῶν ἑαυτὸν ὑψωθήσεται. (Λουκ. 18.14).

Από όσα τέτοια αμαρτωλά πράττουμε εμείς οι άνθρωποι, εκείνο που θέλει ο Χριστός μας είναι να ταπεινώνουμε τον εαυτό μας μπροστά Του, λέγοντας αυτό που είπε και ο Χριστός στον Θεό Πατέρα Του πριν να σταυρωθεί, «ας γίνει όπως θέλεις Εσύ». Να λέμε λοιπόν, «ας γίνει Χριστέ μου το θέλημά Σου στη ζωή μας, ας γίνει αυτό που πρέπει για την Σωτηρία της ψυχής μας».

Επίσης ο Κύριος θέλει να ελέγχουμε τον εαυτό μας σύμφωνα με τον άγιο νόμο Του, την Θεία διδασκαλία Του. Να αναλογιζόμαστε τί δεν κάνουμε σωστά, τ πρέπει να διορθώσουμε, τί πρέπει να κάνουμε και δεν το κάνουμε.

Η ταπείνωση στην καθημερινότητά μας.

Κάποιος φιλόσοφος είχε πει κάποτε το εξής εύστοχο απόφθεγμα για τον άνθρωπο: «Ο κάθε άνθρωπος έχει τρεις χαρακτήρες. Αυτόν που νομίζει ότι έχει, αυτόν που λένε οι άλλοι ότι έχει, και αυτόν που πραγματικά έχει!»! Εμείς αλήθεια, ποια ιδέα έχουμε για τον εαυτό μας; Η ταπείνωση θα μας βοηθήσει σίγουρα στην αυτογνωσία.

Καθημερινά πάντως μας δίνονται ευκαιρίες για ταπείνωση, φτάνει να τις εκμεταλλευόμαστε. Ας δούμε μερικές.

Το να συγκρίνουμε τον εαυτό μας με ανθρώπους, από τους οποίους κατά την άποψή μας είμαστε υπέρτεροι σε ορισμένα σημεία, είναι μεγάλος πειρασμός και αποτελεί αριστοτεχνικό όπλο του διαβόλου, έτσι ώστε να μας αποσπάσει από την ταπείνωση και να μας ρίξει στην υπερηφάνεια και τον εγωισμό.

Το ίδιο ακριβώς συμβαίνει όταν χλευάζουμε ανθρώπους, που κάνουν κάποια λάθη ή έχουν ορισμένες αδυναμίες, ή είναι άτομα με ειδικές ανάγκες.

Το οτιδήποτε καλό, ωφέλιμο και σπουδαίο κάνουμε, να το αποδίδουμε στον Θεό και ποτέ στον εαυτό σου. Να μην λέμε ποτέ: «κοίτα τι τρομερό επίτευγμα έκανα», όσο τεράστιο και μνημειώδες μπορεί να είναι εκείνο που έχουμε καταφέρει, διότι «ο Θεός τοις υπερηφάνοις αντιτάσσεται, ταπεινοίς δε δίδωσι Χάριν..», μας δίνει την Χάρη, την δύναμη, την έμπνευση, την δημιουργικότητα, την απαραίτητη σωματική και πνευματική υγεία, για να το πράξουμε. Χωρίς τα Χαρίσματα που μας έδωσε ο Θεός, δεν θα μπορούσαμε να κάνουμε τίποτα.

Και φυσικά, ποτέ δεν πρέπει να κρίνουμε κανέναν. «Μή κρίνετε, ίνα μή κριθήτε· έν ὧ γάρ κρίματι κρίνετε κριθήσεσθε, και έν ὧ μέτρῳ μετρεῖτε, μετρηθήσεται ὑμῖν. (Ματθ. 7, 15). Επομένως πρέπει να είμαστε αυστηροί με τον εαυτό μας και επιεικείς με τους άλλους. Αυτό σημαίνει πως θα πρέπει να συγχωρούμε τους άλλους, όπως επίσης και να παραβλέπουμε τα ελαττώματά τους, όχι όμως και τα ελαττώματα τα δικά μας. «Πάντοτε μισούμε την αμαρτία, και ποτέ τον αμαρτωλό» μας διδάσκουν οι Άγιοι.

Πρέπει επίσης να γνωρίζουμε πως, όταν κάνουμε κάτι καλό και το διαφημίζουμε, χάνουμε κάθε ίχνος ταπείνωσης και επιπλέον δεν έχουμε καμία ανταμοιβή από τον Θεό, όπως ο ίδιος μας συμβουλεύει: «Μη γνώτω η αριστερά τί ποεί η δεξιά».

Όλοι οι Άγιοι της εκκλησίας έλεγαν ότι «εγώ είμαι ο χειρότερος αμαρτωλός όλων των ανθρώπων» γι' αυτό κι εμείς ό,τι και να πούμε εις

βάρος μας οι άλλοι, δεν πρέπει να θυμώνουμε και να φιλονικούμε μαζί τους. Οι Άγιοι έλεγαν πως «όποιος βάλει τον εαυτό του κάτω από όλους τους ανθρώπους, δεν κινδυνεύει να πέσει στην υπερηφάνεια. Από πού άλλωστε να πέσει, αφού είναι πιο κάτω από όλους;».

Ο άνθρωπος που έχει ταπείνωση κατά τον Άγιο Ιωάννη της Κλίμακος μισεί κάθε ανθρώπινη δόξα και κάθε έπαινο που μπορεί να του απόδωσουν οι άλλοι, ενώ από την άλλη υποδέχεται τις ατιμώσεις με ανοικτά τα χέρια και τις αγκαλιάζει ως φάρμακο καθαρτικό των αμαρτιών του. Θυμό και οργή αισθάνεται για το βάρος των αμαρτιών του για την αύξηση των ακούσιων και εκούσιων αμαρτιών, που κάνει κάθε μέρα ο ίδιος και όχι οι άλλοι.

Η ταπείνωση, τέλος, προϋποθέτει τον σεβασμό μας απέναντι στο πρόσωπο του Θεού αλλά και απέναντι στο πρόσωπο του εκάστοτε συνανθρώπου μας. Με ταπείνωση πρέπει να προσευχόμαστε καθημερινά στον Θεό ζητώντας πρωτίστως την συγχώρηση των αμαρτημάτων μας. Με ταπείνωση πρέπει να συζητάμε καθημερινά με τους συνανθρώπους μας, χωρίς υπερηφάνεια και εγωισμό και φυσικά, χωρίς καμία διάθεση φιλονικίας, δείχνοντάς τους την κατανόηση αλλά και την προσοχή που προσδοκούν από εμάς.

Τελικά ταπεινός θα είναι:

1. Αυτός που δεν θα υπερηφανευτεί για τίποτα.
2. Αυτός που δεν θα δημοσιοποιήσει τα καλά του έργα.
3. Αυτός που δεν θα κατακρίνει και δεν θα χλευάσει τους συνανθρώπους του.
4. Αυτός που δεν θα συγκρίνει τον εαυτό του με ανθρώπους, που ίσως να υστερούν απέναντί του σε κάποιο σημείο.
5. Αυτός που θα αποδώσει στον Θεό το οτιδήποτε καλό κι αν καταφέρει να κάνει.
6. Αυτός που όχι μόνο δεν γογγύζει εναντίον του Θεού για οτιδήποτε κακό και αν του συμβεί, αλλά ταπεινώνει τον εαυτό του μπροστά Του.
7. Αυτός που σέβεται τον Θεό και τον συνάνθρωπό του.

8. Αυτός που δεν έχει μεγάλη ιδέα για τον εαυτό του, δεν θυμώνει, δεν εξοργίζεται, δεν κάνει τίποτα από διάθεση φιλονικίας ή κενοδοξίας, αλλά αντιθέτως θεωρεί τον άλλον ανώτερό του.

9. Αυτός που μισεί κάθε ανθρώπινη δόξα και έπαινο, ενώ ταυτόχρονα υποδέχεται τις ταπεινώσεις ως φάρμακο καθαρτικό των αμαρτιών του.

10. Αυτός που ελέγχει καθημερινά τον εαυτό του σύμφωνα με τον Άγιο Νόμο του Θεού, και αναλογίζεται τι δεν κάνει σωστά και τι πρέπει να διορθώσει.

11. Αυτός που παραδέχεται ταπεινά τα λάθη του και κάθε μέρα που περνάει αισθάνεται περισσότερο αμαρτωλός.

Συμπέρασμα.

Η ταπείνωση είναι το κλειδί, με το οποίο θα ανοίξουμε την πύλη του Παραδείσου και θα αξιωθούμε να απολαύσουμε την ουράνια Βασιλεία του Θεού. Αξίζει να κάνουμε την προσπάθεια.

Πηγή : <https://www.pemptousia.gr/>