

## Η ταπείνωση στο επίκεντρο του μηνύματος του Μητροπολίτη Νέας Ιωνίας για τη Μεγάλη Τεσσαρακοστή

[Μητροπολιτικό Έργο / Ι.Μ. Νέας Ιωνίας και Φιλαδελφείας](#)



Με αφορμή την είσοδο μας στην [Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή](#), ο [Μητροπολίτης Νέας Ιωνίας, Φιλαδελφείας, Ηρακλείου και Χαλκηδόνος κ. Γαβριήλ](#) απευθύνει μήνυμα καλώντας σε μία ουσιαστική πνευματική πορεία «ελευθερίας, επιστροφής, εσωτερικής αναζήτησης και θεραπείας». Όπως επισημαίνει, η περίοδος αυτή «δεν πρόκειται απλώς για μία περίοδο αποχής από συγκεκριμένες τροφές» , αλλά αποτελεί «καιρό ουσιαστικής μεταμορφώσεως της καρδιάς και ανακαινίσεως ολόκληρης της υπάρξεώς μας».

Ο Σεβασμιώτατος τονίζει ότι η Μεγάλη Τεσσαρακοστή είναι ένας εσωτερικός αγώνας αποβολής των παθών και αποκατάστασης της σχέσης του ανθρώπου με τον Θεό και τον πλησίον, έχοντας ως πρότυπο τον ίδιο τον Χριστό: «Μάθετε απ' έμοῦ ὅτι πρᾶξός εἰμι καὶ ταπεινός τῆ καρδιάς». Ιδιαίτερη έμφαση δίνει στην αρετή της ταπείνωσης, χαρακτηρίζοντάς την «σχολείο» της πνευματικής ζωής, καθώς «η νηστεία χωρίς ταπείνωση γίνεται υπερηφάνεια» και «η προσευχή χωρίς

ταπείνωση γίνεται αυτοδικαίωση».

Σε έναν κόσμο αυτοπροβολής και σύγκρισης, η Εκκλησία — όπως σημειώνει — προτείνει έναν διαφορετικό τρόπο ύπαρξης: να «μικρύνουμε» ώστε να «μεγαλώσει» μέσα μας ο Θεός. Υπενθυμίζοντας την ταπείνωση του Χριστού έως τον Σταυρό, υπογραμμίζει ότι εκεί βρίσκεται «η δύναμη που αλλάζει τον κόσμο».

Ολοκληρώνοντας, εύχεται η φετινή Τεσσαρακοστή να γίνει «ένα ήσυχο εργαστήριο καρδιάς», ώστε να μειωθεί ο εγωισμός και να αυξηθεί η αγάπη, μετατρέποντας το Πάσχα όχι απλώς σε μία εορτή, αλλά σε «Ανάσταση που θα αρχίσει από τώρα και θα μείνει ως τρόπος ζωής».

### **Αναλυτικά το μήνυμα του Μητροπολίτη Νέας Ιωνίας, Φιλαδελφείας, Ηρακλείου και Χαλκηδόνος κ. Γαβριήλ για την είσοδό μας στην Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή:**

*Αγαπητοί μου αδελφοί,  
Τέκνα εν Κυρίω αγαπητά,*

Με την χάρη του Θεού η Εκκλησία μας εισέρχεται στην ευλογημένη περίοδο της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής. Σε μία πορεία ελευθερίας, επιστροφής, εσωτερικής αναζήτησης και θεραπείας.

Βεβαίως, δεν πρόκειται απλώς για μία περίοδο αποχής από συγκεκριμένες τροφές, αλλά για καιρό ουσιαστικής μεταμορφώσεως της καρδιάς και ανακαινίσεως ολόκληρης της υπάρξεώς μας.

Πρόκειται για μία βαθιά πνευματική πορεία, κατά την οποία ο καθένας μας καλείται να εισέλθει σε έναν εσωτερικό αγώνα, ώστε να αποβάλει τα πάθη που παραμορφώνουν το αληθινό του πρόσωπο και να ανακαινίσει τη σχέση του με τον Θεό και με τον πλησίον.

Ο ίδιος ο Κύριος μας Ιησούς Χριστός μάς υπενθυμίζει το θεμέλιο της πορείας αυτής: «Μάθετε ἀπ' ἐμοῦ ὅτι πρᾶξός εἰμι καὶ ταπεινός τῆ καρδίᾳ» (Ματθ. 11,29).

Η Αγία και Μεγάλη Τεσσαρακοστή είναι σχολείο ταπείνωσης, γιατί χωρίς αυτήν καμία αρετή δεν ριζώνει. Η νηστεία χωρίς ταπείνωση γίνεται υπερηφάνεια· η προσευχή χωρίς ταπείνωση γίνεται αυτοδικαίωση· η ελεημοσύνη χωρίς ταπείνωση γίνεται επίδειξη.

Ο Χριστός μας, μιλώντας για τον Τελώνη και τον Φαρισαίο, καταλήγει: «Πᾶς ὁ ὑψῶν ἑαυτὸν ταπεινωθήσεται, ὁ δὲ ταπεινῶν ἑαυτὸν ὑψωθήσεται» (Λουκ. 18,14).

Στον σύγχρονο κόσμο της αυτοπροβολής, της σύγκρισης και της διαρκούς ανάγκης επιβεβαίωσης, η Εκκλησία προτείνει έναν διαφορετικό τρόπο υπάρξεως: να «μικρύνουμε» για να «μεγαλώσει» μέσα μας ο Θεός.

Η ταπείνωση δεν είναι μειονεξία, ούτε παραίτηση. Είναι στολή θεότητας. Είναι αλήθεια. Είναι να βλέπει ο άνθρωπος τον εαυτό του, όπως τον βλέπει ο Θεός, δηλαδή πρόσωπο αγαπημένο, χαρούμενο και διαρκώς θεραπευμένο.

Ας θυμηθούμε ότι ο Χριστός μας δεν ανέβηκε στον Σταυρό ως ισχυρός άρχοντας, αλλά ως ταπεινός δούλος: «ἐταπείνωσεν ἑαυτὸν γενόμενος ὑπήκοος μέχρι θανάτου» (Φιλιπ. 2,8). Εκεί βρίσκεται η δύναμη που αλλάζει τον κόσμο.

Μέσα από την καρδιά μου εύχομαι, η φετινή περίοδος της Αγίας και Μεγάλης Τεσσαρακοστής να γίνει για όλους μας ένα ήσυχο εργαστήριο καρδιάς! Να μειωθεί μέσα μας ο εγωισμός και να αυξηθεί η αγάπη, ώστε το φετινό Πάσχα να μην είναι μόνο μία εορτή που απλά θα περάσει μέσα στον χρόνο, αλλά μία Ανάσταση που θα αρχίσει από τώρα και θα μείνει ως τρόπος ζωής.

Ο Μητροπολίτης Νέας Ιωνίας, Φιλαδελφείας, Ηρακλείου και Χαλκηδόνος ΓΑΒΡΙΗΛ