

## Να εξετάζουμε την συνείδησή μας για να απολαμβάνουμε την χαρά της σωστής εξομολόγησης

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Θεολογία και Ζωή](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#)



Επειδή πορευόμαστε προς την μεγάλη εορτή των Χριστουγέννων και πολλοί άνθρωποι θα προστρέξουν στο πετραχήλι του Πνευματικού, δημοσιεύουμε ένα απόσπασμα σχετικά με το πως πρέπει να εξετάζουμε τον εαυτό μας πριν την εξομολόγηση.

**Από το βιβλίο του Ιερομονάχου Γρηγορίου «Μετάνοια και Εξομολόγησις», Ιερών Κουτλουμουσιανόν Κελλίον Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου, Άγιον Όρος.**

Για να ομολογήσουμε στον Πνευματικό ότι έχουμε αμαρτήσει, πρέπει να γνωρίζουμε την αμαρτία μας. Πως αποκτούμε όμως την γνώση αυτή; Με την γνώση του θελήματος του Θεού και την συνεχή εξέταση του εαυτού μας κάτω από το φως του νόμου του Θεού. Αυτός που αγνοεί τον θείο νόμο, η τον γνωρίζει αλλά δεν εξετάζει συστηματικά τον εαυτό του, πιστεύει πως δεν έχει φταίξει σε κάτι σημαντικό και δεν μετανοεί. Λέγει ο ιερός Χρυσόστομος: «Μην θεωρήσ ασημαντα τα αμαρτήματά σου, αλλά συγκέντρωσέ τα και κατέγραψέ τα... Ας εξετάζουμε τα πάντα με προσοχή, και τότε θα διαπιστώσουμε ότι είμαστε υπεύθυνοι για πολλές αμαρτίες». Αν λείπη η συναίσθηση των αμαρτιών «πως θα παρακαλέσουμε τον Θεό και θα ζητήσουμε την άφεση;... Όταν εσύ ο ίδιος δεν θέλεις να μάθεις ότι αμάρτησες, για ποιά σφάλματα θα παρακαλέσεις τον Θεό; Γι αυτά που δεν

γνωρίζεις;».

Για να γνωρίσουμε τις αμαρτίες μας και να μετανοήσουμε, ο Θεός τοποθέτησε μέσα μας την συνείδηση η οποία είναι η φωνή Του μέσα μας. Είναι ένα είδος δικαστηρίου που μας δικάζει, πριν μας δικάσει ο Θεός. Ο φιλόανθρωπος Κύριος, «όταν δημιούργησε τον άνθρωπο, τοποθέτησε μέσα του την συνείδηση ως αδιάλειπτο κατήγορο που δεν μπορεί να σφάλει ούτε να...

εξαπατηθή. Και αν ακόμη μπορέσει κάποιος που αμάρτησε, να διαφύγει την προσοχή όλων των ανθρώπων,... αυτόν τον κατήγορο δεν μπορεί να τον ξεφύγει».

Η συνείδηση είναι ένα δώρο της προνοίας του Θεού. «Εάν δεν επρόκειτο να δώσουμε λόγο για τις αμαρτίες μας στην μέλλουσα Κρίση, ο Θεός δεν θα εγκαθιστούσε μέσα μας τέτοιο δικαστήριο. Αλλά και αυτό είναι απόδειξη φιλανθρωπίας Του. Επειδή τότε πρόκειται να μας ζητήσει λόγο για τις αμαρτίες, έβαλε μέσα μας αυτόν τον αδέκαστο κριτή, ώστε αυτός, δικάζοντάς μας εδώ για τα αμαρτήματά μας και διορθώνοντάς μας, να μας γλυτώσει από την μέλλουσα Κρίση». Γι αυτό «ο καθένας μας ας εισέλθει στην συνείδησή του, και αφού ξεδιπλώσει την ζωή του και εξετάσει με προσοχή όλα τα σφάλματα που έχει διαπράξει, ας κατηγορήσει την ψυχή του που τα έκαμε... Ας τιμωρήσει τον εαυτό του με την αυτοκαταδίκη, με ειλικρινή μετάνοια, με δάκρυα, με εξομολόγηση, με νηστεία και ελεημοσύνη, με εγκράτεια και αγάπη, για να μπορέσουμε με κάθε τρόπο, αφού αποβάλουμε εδώ όλα τα αμαρτήματα, με μεγάλη παρρησία να φύγουμε για τον ουρανό».

Πολλές φορές πηγαίνουμε να εξομολογηθούμε και δεν έχουμε να πούμε τίποτε στον Πνευματικό. Αυτό δείχνει ότι δεν παρακολουθούμε τον εαυτό μας. Όταν προετοιμαζώμαστε για την Ιερά Εξομολόγηση, ας αφιερώσουμε κάποιο χρόνο, για να εξετάσουμε την πνευματική μας πορεία από την τελευταία φορά που εξομολογηθήκαμε. Με βάση τις εντολές του Θεού ερευνούμε τη ζωή μας και βλέπουμε τα συγκεκριμένα μας αμαρτήματα.

Ο Χριστός είπε ότι η πρώτη και μεγαλύτερη εντολή είναι η εντολή της αγάπης: «Να αγαπήσεις τον Κύριο και Θεό σου με όλη σου την καρδιά, με όλη σου την ψυχή και με όλη σου την σκέψη,... και να αγαπήσεις τον πλησίον σου όπως τον εαυτό σου». Σύμφωνα με τα λόγια του Χριστού, πρέπει να ερευνήσουμε την πορεία μας σε τρεις βασικούς άξονες: Τη σκέψη μας με τον Θεό, τις σχέσεις μας με τους αδελφούς μας και τη σχέση μας με τον εαυτό μας.

Η προσεκτική εξέταση του εαυτού μας θα μας φέρη σε συναίσθηση και μετάνοια. Επιπλέον θα μας προετοιμάσει για την ομολογία των αμαρτημάτων μας ενώπιον του Πνευματικού.

orthodoxia-ellhnismos.gr

Πηγή: [hristospanagia3.blogspot.gr](http://hristospanagia3.blogspot.gr)