

## Λόγος περὶ ἐξομολογήσεως (Cleopa Ilie Archimandrite and Abbot of the Sihastria Monastery)

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Γέρ. Κλεόπας Ηλίου](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#) / [Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#)



Ὁ ὁσιος Παΐσιος ὁ Μέγας λέγει ὅτι: «Ἡ ἐξομολόγησις τῶν λογισμῶν στὸν Πνευματικὸ εἶναι τὸ θεμέλιο τῆς πνευματικῆς ζωῆς καὶ ἡ ἐλπίς τῆς σωτηρίας γιὰ ὅλους τοὺς πιστοὺς»



Πατέρες καὶ ἀδελφοί,

Ἐνα ἀπὸ τὰ μεγαλύτερα πνευματικὰ καθήκοντα τῶν μοναχῶν ἀλλὰ καὶ τῶν λαϊκῶν

χριστιανῶν, εἶναι ἡ ἔξομολόγησις τῶν ἁμαρτιῶν. Γι' αὐτό, ὅσα πρόκειται νὰ εἶπω παρακάτω, θὰ ἔχουν σχέσι μὲ αὐτὸ τὸ Μυστήριον.

Κατ' ἀρχὰς πρέπει νὰ ἔχουμε ὑπ' ὄψιν μας ὅτι ὅλοι οἱ ἄνθρωποι εἴμεθα ἁμαρτωλοὶ ἐνώπιον τοῦ Θεοῦ, ἄλλοι περισσότερο καὶ ἄλλοι ὀλιγώτερο. Αὐτὸ μᾶς τὸ λέγει καὶ ἡ Ἁγία Γραφή ὡς ἐξῆς: «Τίς γὰρ ὢν βροτός, ὅτι ἔσται ἄμεμπτος, ἢ ὡς ἐσόμενος δίκαιος γεννητὸς γυναικός;» (Ψαλμ. 143, 2), ἐνῶ ὁ Εὐαγγελιστὴς Ἰωάννης λέγει στὴν πρώτη του ἐπιστολὴ στίχο 8 καὶ 9 «Ἐὰν εἴπωμεν ὅτι ἁμαρτίαν οὐκ ἔχομεν, ἑαυτοὺς πλανῶμεν καὶ ἡ ἀλήθεια οὐκ ἔστιν ἐν ἡμῖν. Ἐὰν ὁμολογῶμεν τὰς ἁμαρτίας ἡμῶν, πιστός ἐστι καὶ δίκαιος, ἵνα ἀφῆ ἡμῖν τὰς ἁμαρτίας καὶ καθάρσῃ ἡμᾶς ἀπὸ πάσης ἀδικίας». Ἡ ἔξομολόγησις γιὰ νὰ εἶναι σωστὴ καὶ εὐάρεστος στὸν Θεό, πρέπει νὰ ἐκπληροῖ τὶς ἐξῆς προϋποθέσεις:

Πρέπει νὰ γίνεται ἐνώπιον τοῦ Πνευματικοῦ.

Νὰ εἶναι πλήρης. Δηλαδή νὰ περιλαμβάνη ὅλα τὰ γενόμενα ἁμαρτήματα ἀπὸ τὸν ἔξομολογούμενον ἀπὸ τὴν παιδικὴν του ἡλικίαν ἢ ἀπὸ τὴν τελευταίαν του ἔξομολόγησιν καὶ νὰ μὴ ἀποκρύπτῃ τίποτε ἀπ' αὐτά.

Νὰ γίνεται μὲ τὴν θέλησίν μας σύμφωνα μὲ τὴν Ἁγία Γραφή ποὺ λέγει: «Καὶ ἐκ θελήματός μου ἔξομολογήσομαι αὐτῷ» (Ψαλμ. 21,7).

Νὰ γίνεται μὲ ταπείνωσιν καὶ συντριβήν, ὅπως λέγει ἡ Γραφή: «καρδίαν συντετριμμένην καὶ τεταπεινωμένην ὁ Θεὸς οὐκ ἐξουδενώσει» (Ψαλμ. 51,18).

Νὰ εἶναι ἄσπιλος, δηλαδή νὰ μὴ ἐνοχοποιῆ ἄλλους ὁ ἔξομολογούμενος, οὔτε τοὺς ἄλλους ἀνθρώπους, οὔτε κάποιον ἀπὸ τὰ κτίσματα τοῦ Θεοῦ, οὔτε ἀκόμη καὶ τὸν διάβολον, ἀλλὰ μόνον τὸν ἑαυτό του νὰ θεωρῆ ἔνοχος καὶ ὑπεύθυνος γιὰ τὶς πράξεις του, ὅπως λέγει ὁ Ἱερὸς Χρυσόστομος: «Ἐὰν θέλῃς νὰ κατηγορήσῃς κάποιον, μόνον τὸν ἑαυτό σου νὰ κατηγορήσῃς», ἐνῶ ὁ ἅγιος Ἰωάννης τῆς Κλίμακος λέγει: Λέγε καὶ μὴ ἐντρέπεσαι: «ἰδικό μου εἶναι τὸ πρήξιμον, πάτερ, ἰδική μου εἶναι καὶ ἡ πληγὴ ἀπὸ τὴν ἀκηδία μου ἔγινε τὸ τάδε καὶ τὸ τάδε ἔργον καὶ ὄχι ἀπὸ ἄλλον. Κανεὶς δὲν εἶναι ἔνοχος γι' αὐτὸ οὔτε ἄνθρωπος, οὔτε πνεῦμα, οὔτε σῶμα, οὔτε κάποιος ἄλλος, παρὰ ἡ ὀκνηρία μου».

Πρέπει νὰ εἶναι εἰλικρινής, δηλαδή νὰ λέγῃ τὴν ἀλήθειαν ὁ χριστιανὸς καὶ μόνον αὐτὰ τὰ ὁποῖα ἔκανε ὁ ἴδιος χωρὶς νὰ φανερώνη ὀνόματα προσώπων μὲ τὰ ὁποῖα ἔχουν σχέσιν οἱ ἁμαρτίαι του. Ὁ Θεὸς ἀγαπᾷ τὴν ἀλήθειαν, κατὰ τὴν μαρτυρίαν τῆς Γραφῆς ποὺ λέγει: «ἔστι γὰρ αἰσχύνῃ ἐπάγουσα ἁμαρτίαν, καὶ ἔστιν αἰσχύνῃ δόξα καὶ χάρις» (Σοφία Σειράχ 4, 21). Ἡ ἐντροπὴ αὕτη τὴν ὁποῖαν ὑπομένεις στὴν ἔξομολόγησιν σὲ ἀπαλλάσσει ἀπὸ τὴν ἐντροπὴν ἐκείνην τὴν ὁποῖαν θὰ αἰσθανθοῦμε ὅλοι οἱ ἄνθρωποι τὴν φοβερὰν ἐκείνην ἡμέραν τῆς Μελλούσης Κρίσεως, ὅπως λέγει ὁ

ἅγιος Ἰωάννης τῆς Κλίμακος στὸν 4ο Λόγο του: «Δὲν γίνεται παρὰ μόνο μὲ τὴν ἐντροπὴ νὰ λυτρωθῆς ἀπὸ τὴν αἰωνία ἐντροπή».

Ἡ ἐξομολόγησις νὰ εἶναι ἀποφασιστικὴ, δηλαδὴ νὰ πάρουμε μίαν μεγάλη ἀπόφασιν ἐνώπιον τοῦ Πνευματικοῦ ὅτι δὲν θὰ ἁμαρτήσουμε πλέον μὲ τὴν βοήθειαν τῆς θείας Χάριτος καὶ μάλιστα, καλλίτερα χιλιάδες φορές νὰ ἀποθάνουμε, παρὰ νὰ ἁμαρτήσουμε μὲ τὴν θέλησίν μας. Ὅποιος δὲν ἐπῆρε αὐτὴ τὴν ἀπόφασιν εἶναι μὲ τὸ ἕνα πόδι του στὸν Πνευματικὸ καὶ μὲ τὸ ἄλλο στὴν ἁμαρτία. Μερικοὶ ἐξομολογοῦνται μὲ τὸ στόμα, ἐνῶ μὲ τὴν καρδιὰ τους ἐπιθυμοῦν πάλιν τὴν ἁμαρτία, ὁμοιάζοντες μὲ τὸν σκύλο, ὁ ὁποῖος ἐπιστρέφει πάλιν στὸ ἴδιο ξέραμά του ἢ μὲ τὸ χοῖρον ποῦ, ἐνῶ λούζεται καὶ πλένεται, πάλιν ἐπιστρέφει μέσα στὴν λάσπην καὶ κυλίεται.

Ἄλλοτε πάλιν πολλοὶ πιστοὶ κάνουν τὴν ἐξομολόγησιν ἀπὸ συνήθειαν, ἐπειδὴ ἐπλησίασε ἡ Γέννησις τοῦ Κυρίου ἢ τὸ Πάσχα ἢ διότι κινδυνεύουν νὰ ἀποθάνουν. Διαβάζουμε στὸ Γεροντικὸ ὅτι ἕνας μεγάλος ἡσυχαστὴς ἔβλεπε τὴν ψυχὴν νὰ κατεβαίνει στὸν ἄδη, ὅπως πέφτουν οἱ νιφάδες τοῦ χιονιοῦ στὴν περίοδο τοῦ χειμῶνος, καὶ αὐτὸς ὄχι γιατί δὲν ἐξομολογοῦντο, ἀλλὰ δὲν ἐξομολογοῦντο σωστὰ καὶ μὲ τὴν ἀπόφασιν νὰ μὴν ἁμαρτήσουν πλέον. Γι' αὐτὸ λέγει ὁ Μέγας Βασίλειος ὅτι τίποτε δὲν ὠφελεῖ ἡ ἐξομολόγησις αὐτὸν ποῦ ἐξομολογεῖται, ἂν δὲν μισεῖ μὲ τὴν καρδιά του τὴν ἁμαρτία, διότι δὲν ἔχει καμμία ἐλπίδα διορθώσεώς του.

Στὴν συνέχειαν σημειώνουμε τοὺς τρόπους μὲ τοὺς ὁποῖους ὁ πιστός, μετὰ τὴν καθαρὴν ἐξομολόγησιν ποῦ ἔκανε στὸν Πνευματικόν, θὰ ἠμπορέσῃ νὰ διαφυλαχθῆ ἀπὸ τὴν διάφορες πτώσεις στὴν ἁμαρτία:

Πρῶτος τρόπος ἀποφυγῆς τῆς ἁμαρτίας εἶναι ἡ μνήμη τοῦ θανάτου καὶ τῶν ἐξομολογηθέντων ἁμαρτιῶν. Αὐτὸ ἔκανε ὁ Προφήτης Δαβὶδ, ὁ ὁποῖος, μετὰ τὴν συγχώρησιν ποῦ ἔλαβε ἀπὸ τὸν Θεὸ γιὰ τὴν δύο μεγάλας ἁμαρτίες του, εἶχε πάντοτε πρὸ τῶν ὀφθαλμῶν του τὸν θάνατον, ὅπως ὁ ἴδιος λέγει: «Ὅτι τὴν ἀνομίαν μου ἐγὼ γινώσκω καὶ ἡ ἁμαρτία μου ἐνώπιόν μου ἐστὶ διὰ παντὸς» (Ψαλμ. 50, 4).

Ἡ μνήμη τοῦ θανάτου μᾶς βοηθῆ νὰ μὴν ἁμαρτάνουμε ὅπως λέγει καὶ ἡ Γραφή: «Υἱέ, μιμνήσκου τὰ ἔσχατά σου, καὶ εἰς τὸν αἰῶνα οὐχ ἁμαρτήσεις» (Σοφία Σειράχ 7,16). Ἐνῶ ἡ ὑπενθύμισις τῶν ἁμαρτιῶν δὲν θὰ πρέπη νὰ καταλήγῃ σὲ λεπτομέρειες, διότι ὑπάρχει ὁ κίνδυνος ἐκδηλώσεως τῆς ἐμπάθειας τοῦ ἀνθρώπου.

Μετὰ τὴν ἐξομολόγησιν ν' ἀποφεύγονται οἱ αἰτίαι τῆς ἁμαρτίας. Οἱ φιλόσοφοι λέγουν ὅτι, οἱ ἴδιαι αἰτίαι κινοῦν πάντοτε στὴν ἴδιαν ἁμαρτίαν. Προπαντὸς αὐτοὶ ποῦ ἔπεσαν σὲ σαρκικὰς ἁμαρτίας πρέπει πολὺ ν' ἀποφεύγουν τὴν ἐμπαθεῖς φιλίας καὶ συνομιλίας μὲ πρόσωπα μὲ τὰ ὁποῖα ἠμάρτησαν. Ἡ Ἁγία Γραφή μᾶς λέγει ὅτι

«αὐτὸς ποὺ φοβᾶται τὸν κίνδυνο, δὲν θὰ πέση σ' αὐτὸν» (Σοφία Σειράχ 3,25).

Τὸ τρίτο ὄπλο ἀποφυγῆς τῆς ἁμαρτίας εἶναι ἡ συχνὴ ἐξομολόγησις. Ἀπ' αὐτὴ προέρχονται πέντε ὠφέλειες:

Ὅπως τὰ πουλάκια δὲν ἐπιστρέφουν πάλι, ὅταν βροῦν τὴν φωλιὰ τους χαλασμένη, ἔτσι καὶ οἱ δαίμονες φεύγουν γιὰ πάντα ἀπ' αὐτοὺς ποὺ ἐξομολογοῦνται συχνά, διότι ἔτσι τοὺς χαλοῦν τὶς φωλιές καὶ τὶς παγίδες. Ὁ ἅγιος Νικόδημος ὁ Ἁγιορείτης λέγει: «Γιὰ ποιά αἰτία ὁ Νεεμὰν ὁ Σύρος λούσθηκε ἑπτὰ φορές, στὸν Ἰορδάνη; Γιὰ νὰ διδάξη ὅλους μας ὅτι πρέπει συχνὰ νὰ ἐξομολογούμεθα, νὰ λουζώμεθα στὰ νερὰ τῆς μετανοίας». Καὶ συνεχίζει λέγοντας: «Εἶπα νὰ ἐξομολογοῦνται συχνὰ καὶ οἱ Τιμιώτατοι Πατριάρχαι, ἀρχιερεῖς, Πνευματικοί, Ἱερεῖς, διότι σὲ μερικοὺς τόπους ἐχάλασε ἡ καλὴ αὐτὴ συνήθεια γιὰ τέτοια ἱερὰ πρόσωπα. Ἀπορῶ πράγματι. Γιὰ ποιά αἰτία, προτρέπετε ἄλλους νὰ κάνουν τὸ ἔργο αὐτό... διότι μόνο ὁ πάπας φαντάσθηκε τὸν ἑαυτὸ του ἀναμάρτητο καὶ ποτὲ οἱ πατριάρχαι καὶ ἀρχιερεῖς τῆς Ἀνατολικῆς Ἐκκλησίας». Ὁ ἅγιος Ἰωάννης ὁ Θεολόγος μᾶς λέγει: «Ἐὰν ὁμολογῶμεν τὰς ἁμαρτίας ἡμῶν, πιστὸς ἐστι καὶ δίκαιος, ἵνα ἀφῆ ἡμῖν τὰς ἁμαρτίας καὶ καθάρισις ἡμᾶς ἀπὸ πάσης ἀδικίας» (Α' Ἰωάν. 1,4).

Ἐὰν δὲν γίνεται συχνὴ ἐξομολόγησις, δυσκολότερα ξερριζώνονται τὰ πάθη ἀπὸ μέσα μας. Ὅπως τὸ γέρικο καὶ μεγάλο δένδρο δὲν μπορεῖ νὰ κοπῆ μὲ μιὰ μόνο τσεκουριά, ἔτσι καὶ ἓνα συνηθισμένο κακὸ δὲν μπορεῖ νὰ ἐκδιωχθῆ μὲ μιὰ μόνο συντριβὴ τῆς καρδιάς, ἀλλὰ μὲ πολλές.

Ὁ ἄνθρωπος ποὺ ἐξομολογεῖται συχνά, διατηρεῖ εὐκολώτερα στὴν μνήμη του τὰ παραπτώματα ποὺ διέπραξε ἀπὸ τὴν τελευταία ἐξομολόγησί του, ἐν ἀντιθέσει μὲ ἐκεῖνον ποὺ ἐξομολογεῖται σπανίως καὶ δυσκολεύεται νὰ κάνῃ ἀκριβῆ καὶ λεπτομερῆ ἐξομολόγησι. Γι' αὐτὸ ὁ διάβολος, ὅταν θὰ ἐμφανισθῆ στὴν ὥρα τοῦ θανάτου του, δὲν θὰ ἔχη νὰ τοῦ παρουσιάσῃ τίποτε, ἐφ' ὅσον πάντοτε λεπτομερῶς τὰ ἐξομολογεῖτο.

Αὐτὸς ποὺ ἐξομολογεῖται συχνά, ἔστω καὶ ἂν πέφτῃ στὸ ἴδιο θανάσιμο ἴσως ἀμάρτημα, τρέχει ἀμέσως νὰ ἐξαγορεύσῃ τὴν ἁμαρτία του, λαμβάνει πάλι τὴν ἄφεσι καὶ τὴν Χάρι τοῦ Θεοῦ καὶ ἔτσι ἐλαφρύνει τὴν συνείδησί του ἀπὸ τὸ βάρος τῆς ἁμαρτίας.

Ἡ τέταρτη ὠφέλεια εἶναι ὅτι ὁ ἐξομολογούμενος συχνά, ἐὰν τὸν εὕρῃ ἡ ὥρα τοῦ θανάτου, εἶναι ψυχικὰ ἕτοιμος, ἔχει τὴν Χάρι τοῦ Θεοῦ καὶ τὴν ἐλπίδα τῆς σωτηρίας του. Ὁ Μέγας Βασίλειος λέγει ὅτι: «Ὁ διάβολος πηγαίνει πάντοτε στὴν ὥρα τοῦ θανάτου τῶν δικαίων καὶ τῶν ἁμαρτωλῶν, μήπως καὶ εὕρῃ τὸν ἄνθρωπο

στην ἁμαρτία γιὰ νὰ τοῦ πάρῃ τὴν ψυχὴ».

Ἡ πέμπτη ὠφέλεια εἶναι ὅτι ὁ ἐξομολογούμενος συχνὰ ἀγωνίζεται νὰ ἐγκρατεῦται ἀπὸ τὴν ἁμαρτία, ἐνθουμούμενος ὅτι πρὶν ὀλίγες ἡμέρες πάλι ἐξομολογήθηκε καὶ ἔχει νὰ λάβῃ κανόνα καὶ μεγάλη ἐντροπὴ ἐνώπιον τοῦ Πνευματικοῦ του, ὁ ὁποῖος θὰ τὸν ἐλέγξῃ γι' αὐτὰ ποὺ πάλι ἔκανε.

Τὸ τέταρτο ὄπλο ἀποφυγῆς τῆς ἁμαρτίας εἶναι ἡ ἐνθύμησις τῆς ἐσχάτης Κρίσεως καὶ ἡ ἀπόκρισις ποὺ θὰ δώσῃ ὁ Δίκαιος Κριτὴς τὴν ἡμέρα ἐκείνη στοὺς ἁμαρτωλοὺς: «Πορεύεσθε ἀπ' ἐμοῦ οἱ κατηραμένοι εἰς τὸ πῦρ τὸ αἰώνιον τὸ ἠτοιμασμένον τῷ διαβόλῳ καὶ τοῖς ἀγγέλοις αὐτοῦ» (Ματθ. 25, 41).

Τὸ πέμπτο ὄπλο εἶναι ἡ μνήμη τῶν αἰωνίων βασάνων τοῦ Ἄδου, δηλαδὴ ἡ μνήμη ὅτι ἡ ἁμαρτία μᾶς ἀποχωρίζει ἀπὸ τὸν Θεὸ καὶ τὴν εὐφροσύνη τῶν δικαίων καὶ ὅτι τὰ αἰώνια βάσανα τοῦ Ἄδου, τὰ ὁποῖα, ὅταν τὰ σκεπτώμεθα, δὲν θὰ βασανίσουν τὴν ψυχὴ μας, διότι ἡ ἐνθύμησίς τους θὰ μᾶς προκαλέσῃ μετάνοια.

Καὶ τώρα ἐν κατακλείδι αὐτοῦ τοῦ κηρύγματός μου, παρακαλῶ ὅλους τοὺς ἀγαπητοὺς μου ἀδελφοὺς, ποὺ θὰ διαβάσουν αὐτὲς τὶς σειρὲς νὰ προσεύχωνται γιὰ μένα τὸν ἀνάξιο καὶ πολὺ ἁμαρτωλὸ νὰ μὲ βοηθήσῃ ὁ Θεὸς νὰ θέσω καὶ ἐγὼ μία καλὴ ἀρχὴ καὶ νὰ μὴ ξεχάσω αὐτὰ ποὺ σᾶς εἶπα. Ἀμήν.

**Πηγὴ:** [agiazoni.gr](http://agiazoni.gr)