

Περί του μυστηρίου της μετανοίας (Άγιος Πορφύριος)

[Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Αγ. Πορφύριος Κausοκαλυβίτης](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#)



Γέροντος Πορφυρίου Κausοκαλυβίτου ,«Βίος καὶ Λόγοι»

Δεν υπάρχει ανώτερο πράγμα απ' αυτό που λέγεται μετάνοια και εξομολόγηση. Αυτό το μυστήριο είναι η προσφορά της αγάπης του Θεού στον άνθρωπο. Μ' αυτό τον τέλειο τρόπο απαλλάσσεται ο άνθρωπος απ' το κακό. Πηγαίνομε, εξομολογούμαστε, αισθανόμαστε τη συνδιαλλαγή μετά του Θεού, έρχεται η χαρά μέσα μας, φεύγει η ενοχή. Στην Ορθοδοξία δεν υπάρχει αδιέξοδο. Δεν υπάρχει αδιέξοδο γιατί υπάρχει ο εξομολόγος, που έχει την χάρι να συγχωρεί. Μεγάλο πράγμα ο πνευματικός!



Εγώ από μικρός το είχα – και τώρα ακόμη. Όταν συνέβαινε να αμαρτήσω, το εξομολογιόμουνα και μου έφευγαν όλα. Πετούσα απ’ τη χαρά μου. Είμαι αμαρτωλός, αδύνατος· καταφεύγω στην ευσπλαχνία του Θεού, σώζομαι, γαληνεύω, τα ξεχνάω όλα. Κάθε μέρα σκέπτομαι ότι αμαρτάνω, αλλά επιθυμώ ό,τι μου συμβαίνει να το κάνω προσευχή και να μην το κλείνω μέσα μου. }365}

Η αμαρτία κάνει τον άνθρωπο πολύ μπερδεμένο ψυχικά. Το μπερδεμα δεν φεύγει με τίποτα. Μόνο με το φως του Χριστού γίνεται το ξεμπερδεμα. Την πρώτη κίνηση την κάνει ο Χριστός. «Δεύτε προς με πάντες οι κοπιώντες ...». Μετά εμείς οι άνθρωποι αποδεχόμαστε αυτό το φως με την αγαθή μας προαίρεση, που την εκφράζουμε με την αγάπη μας απέναντί Του, με την προσευχή, με τα μυστήρια.

Για να μετανοήσει η ψυχή πρέπει να ξυπνήσει. Εκεί στο ξύπνημα αυτό, γίνεται το θαύμα της μετανοίας. Κι εδώ βρίσκεται η προαίρεση του ανθρώπου. Το ξύπνημα, όμως, δεν έγκειται μόνο στον άνθρωπο. Ο άνθρωπος μόνος δεν μπορεί. Επεμβαίνει ο Θεός. Τότε έρχεται η θεία χάρις. Χωρίς την χάρι δεν μπορεί να μετανοήσει ο άνθρωπος. Η αγάπη του Θεού θα κάνει το παν. Μπορεί να μεταχειρισθεί κάτι – μια ασθένεια ή κάτι άλλο, εξαρτάται – για να φέρει τον άνθρωπο σε μετάνοια. Άρα η μετάνοια δια της θείας χάριτος κατορθούται. Απλά και απαλά εμείς θα κάνομε μία κίνηση προς τον Θεό κι από κει και πέρα έρχεται η χάρις.

Μπορεί να μου πείτε: «Τότε με την χάρι γίνονται όλα». Αυτό είναι ένα λεπτό

σημείο. Γίνεται κι εδώ εκείνο ακριβώς που λέω. Δεν μπορούμε ν' αγαπήσουμε τον Θεό, αν ο Θεός δεν μας αγαπήσει. Ο απόστολος Παύλος το λέγει πολύ ωραία: «Νυν δε γνόντες Θεόν, μάλλον δε γνωσθέντες υπό Θεού ...». Το ίδιο συμβαίνει και με τη μετάνοια. Δεν μπορούμε να μετανοήσουμε, αν ο Κύριος δεν μας δώσει }366} μετάνοια. Και αυτό ισχύει για τα πάντα. Δηλαδή ισχύει το Γραφικό: «Χωρίς εμού ου δύνασθε ποιείν ουδέν». Αν δεν υπάρχουν προϋποθέσεις για να εγκύψει μέσα μας ο Χριστός, μετάνοια δεν έρχεται. Οι προϋποθέσεις είναι η ταπείνωση, η αγάπη, η προσευχή, οι μετάνοιες, ο κόπος για τον Χριστό. Αν δεν είναι το συναίσθημα αγνό, αν δεν υπάρχει απλότητα, αν η ψυχή έχει ιδιοτέλεια, δεν έρχεται η θεία χάρις. Συμβαίνει τότε να πηγαίνομε να εξομολογούμαστε, αλλά να μην αισθανόμαστε ανακούφιση.

Η μετάνοια είναι πολύ λεπτό πράγμα. Η μετάνοια η αληθινή θα φέρει τον αγιασμό. Η μετάνοια μας αγιάζει.

Δεν ευθύνεται μονάχα ο άνθρωπος για τα παραπτώματά του. Τα λάθη, οι αμαρτίες και τα πάθη δεν είναι μόνο προσωπικά βιώματα του εξομολογουμένου. Ο κάθε άνθρωπος έχει πάρει μέσα του και τα βιώματα των γονέων του και ειδικά της μητέρας, δηλαδή το πώς ζούσε η μητέρα του, όταν τον κυοφορούσε, αν στενοχωριόταν, τι έκανε, αν κουραζόταν το νευρικό της σύστημα, αν είχε χαρά, αν είχε θλίψη, αν είχε μελαγχολία. Έ, όλο το νευρικό σύστημα το δικό της επηρέασε το νευρικό σύστημα του εμβρύου της. Οπότε όταν γεννηθεί το παιδί και μεγαλώσει, παίρνει μέσα του }367} και τα βιώματα της μητέρας του, δηλαδή άλλου ανθρώπου. Δημιουργείται μία κατάσταση στην ψυχή του ανθρώπου εξαιτίας των γονέων του, που την παίρνει μαζί του σ' όλη του τη ζωή, αφήνει ίχνη μέσα του και πολλά πράγματα που συμβαίνουν στη ζωή του είναι απόρροια της καταστάσεως αυτής. Τα φερσίματά του έχουν άμεση σχέση με την κατάσταση των γονέων του. Μεγαλώνει, μορφώνεται, αλλά δεν διορθώνεται. Εδώ βρίσκεται μεγάλο μέρος από την ευθύνη για την πνευματική κατάσταση του ανθρώπου.

Υπάρχει, όμως, ένα μυστικό. Υπάρχει κάποιος τρόπος ν' απαλλαγεί ο άνθρωπος απ' αυτό το κακό. Ο τρόπος αυτός είναι η γενική εξομολόγηση, η οποία γίνεται με την χάρι του Θεού. Μπορεί, δηλαδή, να σου πει ο πνευματικός:

- Πώς θα ήθελα να ήμασταν σ' ένα ήσυχο μέρος, να μην είχα ασχολίες και να μου έλεγες τη ζωή σου απ' την αρχή, από τότε που αισθάνθηκες τον εαυτό σου· όλα τα γεγονότα που θυμάσαι και ποια ήταν η αντιμετώπισή τους από σένα, όχι μόνο τα δυσάρεστα αλλά και τα ευχάριστα, όχι μόνο τις αμαρτίες αλλά και τα καλά. Και τις επιτυχίες και τις αποτυχίες. Όλα. Όλα όσα απαρτίζουν τη ζωή σου.

Πολλές φορές έχω μεταχειρισθή αυτή τη γενική εξομολόγηση και είδα θαύματα πάνω σ' αυτό. Την ώρα που τα λείεις στον εξομολόγο, έρχεται η θεία χάρις και σε απαλλάσσει απ' όλα τα άσχημα βιώματα και τις πληγές και τα ψυχικά τραύματα και τις ενοχές· διότι την ώρα που τα λες ο εξομολόγος εύχεται θερμά στον Κύριο για την απαλλαγή σου. }368}

Όλ' αυτά που μου έλεγε τα παρακολουθούσα όχι απλώς με προσοχή, αλλά «έβλεπα» μέσα στον ψυχικό της κόσμο την επίδραση της προσευχής. Την παρακολουθούσα μέσα στην ψυχή της κι «έβλεπα» ότι πήγαινε χάρις μέσα της, όπως την κοιτάζα εγώ. Διότι στον πνευματικό υπάρχει χάρις και στον παπά υπάρχει χάρις. Το καταλαβαίνετε; Δηλαδή ενώ εξομολογείται ο άνθρωπος, ο ιερέας προσεύχεται γι' αυτόν. Συγχρόνως, έρχεται η χάρις και τον ελευθερώνει απ' τα ψυχικά τραύματα, που για χρόνια τον βασανίζουν, χωρίς να γνωρίζει την αιτία τους. Ω, αυτά τα πιστεύω πολύ!

Και με τον Χριστό τι έγινε; Έπιασε το χέρι της αιμορρούσης }369} και είπε: «Εγώ γαρ έγνων δύναμιν εξελθούσαν απ' εμού». Θα πεις: «Ναι, μα ήταν Θεός!». Ο Χριστός, βέβαια, ήταν Θεός, αλλά μήπως και οι απόστολοι δεν κάνανε το ίδιο;

Όλοι οι πνευματικοί οι εξομολόγοι έχουν αυτή την χάρι κι όταν εύχονται την εκπέμπουν ως αγωγοί.

Ας μη γυρίζομε πίσω στις αμαρτίες που έχομε εξομολογηθεί. Η ανάμνηση των αμαρτιών κάνει κακό. Ζητήσατε συγγνώμη; Τελείωσε. Ο Θεός όλα τα συγχωρεί με την εξομολόγηση. Δεν πρέπει να γυρίζομε πίσω και να κλεινόμαστε σε απελπισία. Να είμαστε δούλοι ταπεινοί μπροστά στον Θεό. Να αισθανόμαστε χαρά και ευγνωμοσύνη για την άφεση των αμαρτιών μας.

Δεν είναι υγιές να λυπάται κανείς υπερβολικά για τις αμαρτίες του και να επαναστατεί εναντίον του κακού εαυτού του φθάνοντας μέχρι την απελπισία. Η απελπισία και }370} η απογοήτευση είναι το χειρότερο πράγμα. Είναι παγίδα του σατανά, για να κάνει τον άνθρωπο να χάσει την προθυμία του στα πνευματικά και να τον φέρει σε απελπισία, σε αδράνεια και ακηδία. Ο άνθρωπος τότε δεν μπορεί να κάνει τίποτα· αχρηστεύεται. «Έπρεπε τότε, δεν έκανα τότε, τώρα τίποτα ... Πάνε τα χρόνια μου χαμένα, δεν είμαι άξιος». Του δημιουργείται ένα αίσθημα

κατωτερότητας, ένας άκαρπος αυτοεξευτελισμός, όλα γι' αυτόνε είναι ρημάδια. Ξέρετε τι βαρύ πράγμα είναι αυτό; Είναι ψευτοταπείνωση.

Όλ' αυτά είναι σημάδια απελπισμένου ανθρώπου, που τον έχει κυριεύσει ο σατανάς. Ο άνθρωπος φθάνει στο σημείο να μη θέλει ούτε να μεταλάβει, νομίζει ότι είναι ανάξιος για τα πάντα. Προσπαθεί να εξουθενώσει τη δράση του, τον εαυτό του, γίνεται άχρηστος. Αυτή είναι παγίδα που στήνει ο σατανάς, για να χάσει ο άνθρωπος την ελπίδα του στην αγάπη του Θεού. Αυτά είναι φοβερά, αντίθετα προς το Πνεύμα του Θεού.

Κι εγώ σκέπτομαι ότι αμαρτάνω. Δεν βαδίζω καλά. Ό,τι όμως με στενοχωρεί, το κάνω προσευχή, δεν το κλείνω μέσα μου, πάω στον πνευματικό, το εξομολογούμαι, τελείωσε! Να μη γυρίζομε πίσω και να λέμε τι δεν κάναμε. Σημασία έχει τι θα κάνομε τώρα, απ' αυτή τη στιγμή κι έπειτα. Όπως λέγει ο απόστολος Παύλος: «Τα μεν οπίσω επιλανθανόμενος, τοις δε έμπροσθεν επεκτεινόμενος». }371}

«Εγώ τους εμέ φιλούντας αγαπώ, οι δε εμέ ζητούντες ευρήσουσι χάριν».

Αν αγαπήσομε τον Χριστό, όλα είναι εύκολα. Εγώ δεν το κατάφερα ακόμη. Τώρα προσπαθώ να Τον αγαπήσω. Στον Χριστό υπάρχουν όλα. Όλα τα ωραία, τα υγιή. Η υγιής ψυχή ζει τα χαρίσματα του Αγίου Πνεύματος, που είναι «αγάπη, χαρά, ειρήνη, μακροθυμία, χρηστότης, αγαθωσύνη, πίστις, πραότης, εγκράτεια». Ο άνθρωπος του Θεού ζει ακόμη και όσα λέγει ο απόστολος Παύλος στον ύμνο της αγάπης: «Η αγάπη μακροθυμεί, χρηστεύεται ... ου λογίζεται το κακόν ... πάντα στέγει, πάντα πιστεύει ... η αγάπη ουδέποτε εκπίπτει». }372}

Έχετε αυτά; Έχετε την ευτυχία, τον Χριστό, τον Παράδεισο. Κι ο σωματικός ακόμη οργανισμός λειτουργεί θαυμάσια, χωρίς ανωμαλίες. Η χάρις του Θεού αλλάζει τον άνθρωπο, τον μεταμορφώνει ψυχικά και σωματικά. Πάνε τότε όλες οι αμαρτίες. Ούτε κολίτις, ούτε θυρεοειδής, ούτε στομάχι, ούτε τίποτα. Όλα λειτουργούν κανονικά. Είναι ωραίο να περπατάς, να εργάζεσαι, να κινείσαι και να έχεις υγεία. Αλλά πρώτα να έχεις ψυχική υγεία. Η βάση είναι η ψυχική υγεία· ακολουθεί η σωματική. Όλες σχεδόν οι αρρώστιες προέρχονται από την έλλειψη εμπιστοσύνης στον Θεό και αυτό δημιουργεί το άγχος. Το άγχος το δημιουργεί η κατάργηση του θρησκευτικού αισθήματος. Αν δεν έχετε έρωτα για τον Χριστό, αν δεν ασχολείσθε με άγια πράγματα, σίγουρα θα γεμίσετε με μελαγχολία, με το κακό. Τι γίνεται, όμως, στον κόσμο; Ακούστε με να σας πω ένα παράδειγμα.

Μια κοπελίτσα πήγε σ' ένα γιατρό και της έδωσε ορμόνες. Της λέω:

Παιδί μου μην τις πάρεις! Δεν είμαι γιατρός, δεν θέλω υπ' ευθύνη μου να ενεργήσεις, όμως καταλαβαίνω ότι δεν πρέπει να τις πάρεις. Καλό είναι να πάεις

τουλάχιστον σ' έναν ενδοκρινολόγο. Το πρόβλημά σου είναι περισσότερο ζήτημα ενδοκρινολόγου. Είναι απ' τις στενοχώριες.

Πράγματι, έχω περάσει στενοχώριες.

Έ, αυτό είναι! Ειρήνευσε, γαλήνευσε, εξομολόγησου, μετάλαβε και θα τακτοποιηθούν όλα.

Πήγε λοιπόν σ' έναν ενδοκρινολόγο και του είπε ό,τι της συνέβαινε. }373}

Πα, πα, πά! Της λέει ο γιατρός. Να μην τα πάρεις καθόλου αυτά τα φάρμακα! Πέταξέ τα! Θα σου κάνουνε μεγάλο κακό.

Βλέπετε, λοιπόν, τι γίνεται; Ενώ με την Εξομολόγηση και την Θεία Κοινωνία έχουν θεραπευθεί πολλοί άνθρωποι.

Όταν είναι κανείς άδειος από τον Χριστό, τότε έρχονται χίλια δυό άλλα και τον γεμίζουν: ζήλεις, μίση, ανία, μελαγχολία, αντίδραση, κοσμικό φρόνημα, κοσμικές χαρές. Προσπαθήστε να γεμίσετε την ψυχή σας με τον Χριστό, για να μην την έχετε άδεια. Η ψυχή μας μοιάζει με μια δεξαμενή γεμάτη νερό. Αν το νερό το ρίξεις προς τα λουλούδια, δηλαδή τις αρετές, το δρόμο του καλού, θα ζεις την αληθινή χαρά και θ' ατροφήσουν οι κακίες, τα' αγκάθια. Αν, όμως, ρίξεις το νερό προς τα αγκάθια, αυτά θ' αναπτυχθούν και θα σε πνίξουν και θα μαραθούν όλα τα λουλούδια.

Όλα να τα μεταρσιώνετε. Έτσι θα ζείτε με χαρά, με την χάρι του Θεού. «Πάντα ισχύω εν τω ενδυναμούντί με Χριστώ ...». Μην πείτε ότι θα κατορθώσετε κάτι. Μην το φαντασθείτε αυτό ποτέ. Το είπε ο Κύριος: «Χωρίς εμού ου δύνασθε ποιείν ουδέν». Δεν γίνεται αλλιώς. Ποτέ ο άνθρωπος δεν πρέπει να εμπιστεύεται τις δυνάμεις του αλλά το έλεος και την ευσπλαχνία του Θεού. Ο άνθρωπος θα }374} κάνει μια μικρή προσπάθεια, αλλά ο Χριστός θα τη στεφανώσει. Είναι πλάνη να πιστεύετε ότι πετύχατε κάτι μόνοι σας. Όσο προχωράει ο άνθρωπος και πλησιάζει προς τον Χριστό, τόσο αισθάνεται περισσότερο ότι είναι ατελής. Ενώ ο φαρισαίος που λέει: «Εγώ! Εγώ είμαι καλός, κάνω τούτο, εκείνο, το άλλο ...» βρίσκεται σε πλάνη.

Συμβαίνει πολλές φορές σήμερα ο άνθρωπος να αισθάνεται θλίψη, απελπισία, νωθρότητα, τεμπελιά, ακηδία κι όλα τα σατανικά. Να είναι θλιμμένος, να κλαίει, να μελαγχολεί, να μη δίνει σημασία στην οικογένειά του, να ξοδεύει ένα σωρό χρήματα στους ψυχαναλυτές, για να πάρει φάρμακα. Αυτά οι άνθρωποι τα λένε

«ανασφάλεια». Η θρησκεία μας πιστεύει ότι αυτά είναι πειρασμικά πράγματα.

Ο πόνος είναι μία ψυχική δύναμη που ο Θεός την έβαλε μέσα μας, με προορισμό να κάνει το καλό, την αγάπη, τη χαρά, την προσευχή. Αντ' αυτού ο διάβολος καταφέρνει και παίρνει την ψυχική αυτή δύναμη από την μπαταρία της ψυχής μας και τη μεταχειρίζεται για το κακό, την κάνει κατάθλιψη και φέρνει την ψυχή στη νωθρότητα και στην ακηδία. Βασανίζει τον άνθρωπο, τον κάνει αιχμάλωτό του, τον αρρωσταίνει ψυχικά.

Υπάρχει ένα μυστικό· να μεταβάλετε τη σατανική ενέργεια σε καλή. Είναι δύσκολο και χρειάζεται και κάποια }375} προετοιμασία. Προετοιμασία είναι η ταπείνωση. Με την ταπείνωση αποσπάτε την χάρι του Θεού. Δίνεσθε στην αγάπη του Θεού, στη λατρεία Του, στην προσευχή. Αλλά κι όλα αν τα κάνετε, τίποτε δεν έχετε καταφέρει, αν δεν έχετε αποκτήσει ταπείνωση. Όλα τα κακά αισθήματα, η ανασφάλεια, η απελπισία, η απογοήτευση, που πάνε να κυριεύσουν την ψυχή, φεύγουν με την ταπείνωση. Αυτός που δεν έχει ταπείνωση, ο εγωιστής, δεν θέλει να του κόψεις το θέλημα, να τον θίξεις, να του κάνεις υποδείξεις. Στενοχωριέται νευριάζει, επαναστατεί, αντιδρά, τον κυριεύει η κατάθλιψη.

Η κατάσταση αυτή θεραπεύεται με την χάρι. Πρέπει η ψυχή να στραφεί στην αγάπη του Θεού. Η θεραπεία θα γίνει με το ν' αγαπήσει τον Θεό με λαχτάρα. Πολλοί άγιοί μας μετέτρεψαν την κατάθλιψη σε χαρά με την αγάπη προς τον Χριστό. Παίρνανε δηλαδή αυτή την ψυχική δύναμη, που ήθελε να τη συντρίψει ο διάβολος, και τη δίνανε στον Θεό και τη μεταβάλλανε σε χαρά και αγαλλίαση. Η προσευχή, η λατρεία του Θεού μεταβάλλει σιγά σιγά την κατάθλιψη και τη γυρίζει σε χαρά, διότι επιδρά η χάρις του Θεού. Εδώ χρειάζεται να έχεις τη δύναμη, ώστε ν' αποσπάσεις την χάρι του Θεού, που θα σε βοηθάει να ενωθείς μαζί Του. Χρειάζεται τέχνη. Όταν δοθείς στον Θεό και γίνεις ένα μαζί Του, θα ξεχάσεις το κακό πνεύμα, που σε τραβούσε από πίσω, κι εκείνο έτσι περιφρονημένο θα φύγει. Στη συνέχεια, όσο θ' αφοσιώνεσαι στο Πνεύμα του Θεού, τόσο δεν θα κοιτάζεις πίσω σου, για να δεις αυτόν που σε τραβάει. Όταν σ' ελκύσει η χάρις, ενώνεσαι με τον }376} Θεό. Κι όταν ενωθείς με τον Θεό και δοθείς σ' Εκείνον, πάνε όλα τ' άλλα, τα ξεχνάεις και σώζεσαι. Η μεγάλη τέχνη λοιπόν, το μεγάλο μυστικό, για ν' απαλλαγείς απ' την κατάθλιψη και όλα τ' αρνητικά, είναι να δοθείς στην αγάπη του Θεού.

Ένα πράγμα που μπορεί να βοηθήσει τον καταθλιπτικό είναι και η εργασία, το ενδιαφέρον για τη ζωή. Ο κήπος, τα φυτά, τα λουλούδια, τα δένδρα, η εξοχή, ο περίπατος στην ύπαιθρο, η πορεία, όλ' αυτά βγάζουν τον άνθρωπο απ' την αδράνεια και του δημιουργούν άλλα ενδιαφέροντα. Επιδρούν σαν φάρμακα. Η ασχολία με την τέχνη, τη μουσική κλπ. κάνει πολύ καλό. Σ' εκείνο, όμως, που δίδω

τη μεγαλύτερη σημασία είναι το ενδιαφέρον για την Εκκλησία, για τη μελέτη της Αγίας Γραφής, για τις ακολουθίες. Μελετώντας τα λόγια του Θεού, θεραπεύεται κανείς χωρίς να το καταλάβει.

Να σας διηγηθώ για μια κοπέλα, που ήλθε σ' εμένα τον ταπεινό. Έπασχε από φοβερή κατάθλιψη. Δεν κατάφερε κάτι με τα φάρμακα. Παράτησε τα πάντα, τη δουλειά της, το σπίτι της, τις απασχολήσεις της. Κι εγώ της είπα αυτά που ξέρω. Της είπα για την αγάπη του Χριστού, που αιχμαλωτίζει την ψυχή, διότι η χάρις του Θεού γεμίζει την ψυχή και την αλλάζει. Της εξήγησα ότι είναι δαιμονική αυτή η δύναμη που καταλαμβάνει την ψυχή και μεταβάλλει την ψυχική δύναμη σε κατάθλιψη, τη ρίχνει κάτω, τη βασανίζει και την αχρηστεύει. Την συμβούλευσα ν' ασχολείται με διάφορες απασχολήσεις, όπως για παράδειγμα, με τη μουσική, που της άρεσε πρώτα κλπ. Τόνισα όμως, περισσότερο }377} τη στροφή και την αγάπη της προς τον Χριστό. Της είπα ακόμη ότι μέσα στην Εκκλησία μας υπάρχει θεραπεία με την αγάπη προς τον Θεό και την προσευχή, αλλά που θα γίνεται με λαχτάρα. }378}