

Ένας πραγματικός οδηγός πνευματικής προετοιμασίας πριν από την Έξομολόγηση.

[Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#) / [Άγιοι - Πατέρες - Γέροντες](#) / [Θεολογία και Ζωή](#) / [Ορθόδοξη πίστη](#) / [Ορθοδοξία και Ορθοπραξία](#)



Στοχασμοί για εκείνους που έτοιμάζονται να σταθούν ενώπιόν του Δημιουργού και της κοινότητας της Έκκλησίας στο φοβερό μυστήριο της ιερής εξομολόγησης, έτσι ώστε να λάβουν την ανακαίνιση ενός δεύτερου βαπτίσματος.



Ἐγώ, μιὰ ἀμαρτωλὴ ψυχὴ, ἐξομολογοῦμαι στὸν Κύριο, Θεὸ καὶ Σωτῆρα μας Ἰησοῦ Χριστό, ὅλες τὶς μοχθηρὲς πράξεις ποὺ ἔχω διαπράξει διὰ ἔργου, λόγου ἢ σκέψεων ἀπὸ τὴν στιγμή τῆς βάπτισής μου μέχρι καὶ τὴν παροῦσα ἡμέρα.

Δὲν ἔχω τηρήσει τὶς ὑποσχέσεις τοῦ βαπτίσματός μου, ἀλλὰ ἔχω καταντήσει τὸν ἑαυτό μου ἀνεπιθύμητο ἐνώπιόν τοῦ προσώπου τοῦ Θεοῦ μου.

Ἔχω ἀμαρτήσει ἐνώπιόν τοῦ Κυρίου μὲ τὴν ἔλλειψη πίστεως ποὺ μὲ διακρίνει καὶ μὲ τὶς ἀμφιβολίες μου σχετικὰ μὲ τὴν Ὁρθόδοξη Πίστη καὶ τὴν Ἁγία Ἐκκλησία μας· μὲ τὴν ἀχαριστία μου ἀπέναντί σε ὅλες τὶς μεγάλες καὶ ἀκατάπαυστες δωρεὲς τοῦ Θεοῦ καὶ ἀπέναντι στὴν μακροθυμία Του καὶ τὴν πρόνοιά Του γιὰ ἐμένα, ἕναν ἀμαρτωλό· μὲ τὴν ἔλλειψη ἀγάπης πρὸς τὸν Θεό, ἀλλὰ καὶ φόβου τοῦ Θεοῦ, κάτι ποὺ διαφαίνεται ἀπὸ τὴν μὴ τήρηση τῶν ἁγίων ἐντολῶν Του καὶ τῶν κανόνων τῆς Ἐκκλησίας.

Δὲν ἔχω διατηρήσει τὴν ἀγάπη στὸν Θεὸ καὶ στὸν πλησίον μου, οὔτε ὅμως ἔχω κάνει ἀρκετὲς προσπάθειες γι' αὐτό, ἐξαιτίας τῆς ὀκνηρίας μου καὶ λόγω τῆς ἀδιαφορίας μου, νὰ μάθω τὶς ἐντολὲς τοῦ Θεοῦ καὶ τὶς ἐπιταγὲς τῶν Ἁγίων Πατέρων. Ἔχω ἀμαρτήσει, διότι δὲν προσεύχομαι τὸ πρωὶ καὶ τὸ βράδυ ἀλλὰ καὶ κατὰ τὴν διάρκειά τῆς ἡμέρας· διότι δὲν συμμετέχω στὶς θεῖες λειτουργίες ἢ διότι προσέρχομαι στὴν Ἐκκλησία μὲ μισὴ μόνο καρδιά.

Ἔχω ἀμαρτήσει μὲ τὴν κατάκριση κληρικῶν. Ἔχω ἀμαρτήσει διότι δὲν σέβομαι τὶς

Ἐορτὲς τῆς Ἐκκλησίας, διότι δὲν τηρῶ τὶς νηστεῖες ἀλλὰ καὶ μέσα ἀπὸ τὴν ἄμετρη κατανάλωση φαγητῶν καὶ ποτῶν.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲ τὴν αὐτοπεποίθησή μου, μὲ τὴν παρακοή μου, μὲ τὴν ἰσχυρογνωμοσύνη μου, μὲ τὴν αὐτοδικαίωσή μου ἀλλὰ καὶ μὲ τὴν ἀναζήτησι ἀποδοχῆς καὶ ἐπαίνων γιὰ τὶς πράξεις μου.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲ τὴν ἔλλειψη πίστεως ποὺ μὲ διακρίνει, μὲ τὶς ἀμφιβολίες μου, μὲ τὴν ἀπελπισία μου, μὲ τὴν δειλία μου, μὲ τὶς ὑβριστικὲς σκέψεις μου, μὲ τὴν βλασφημία καὶ τοὺς ὄρκους μου.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲ τὴν ὑπερηφάνειά μου, μὲ τὴν μεγάλη ἰδέα ποὺ ἔχω γιὰ τὸν ἑαυτό μου, μὲ τὸν ναρκισσισμό, τὴν ματαιοδοξία, τὴν ἀλαζονεία καὶ μὲ τὸν φθόνο μου, μὲ τὴν ἀγάπη τῶν ἐπαίνων καὶ τῶν τιμῶν ἀλλὰ καὶ μὲ τὸ ὅτι ζητῶ νὰ φαίνομαι ἀνώτερος ἀπ' ὅ,τι πραγματικὰ εἶμαι.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲ τὴν κατάκριση, τὴν κακεντρεχῆ καταλαλιά, τὸν θυμό μου, μὲ τὸ ὅτι θυμᾶμαι τὶς προσβολὲς ποὺ μου ἔχουν γίνει, μὲ τὸ μίσος καὶ τὴν ἀνταπόδοση κακοῦ ἀντὶ κακοῦ· μὲ τὶς προκαταλήψεις μου, τὶς λογομαχίες, τὸ πεῖσμα μου καὶ τὴν ἀπροθυμία νὰ ἀφήσω «χῶρο» στὸν πλησίον μου· μὲ τὴν χαιρεκακία, τὴν κακία, τὸν σαρκασμό, τὶς προσβολὲς καὶ τὶς κοροϊδίες· μὲ τὸ κουτσομπολιό, μὲ τὸ ὅτι μιλῶ πάρα πολὺ καὶ μὲ τὴν κενολογία μου.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲ τὸ ἀταίριαστο καὶ ἐκτεταμένο γέλιο μου, μὲ τὶς ἀπρέπειές μου καὶ τὴν ἐμμονή μου στὶς προηγούμενες ἀμαρτίες μου, μὲ τὴν ὑπεροπτικὴ συμπεριφορά μου, τὴν θρασύτητα καὶ τὴν ἔλλειψη σεβασμοῦ.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ διότι δὲν ἐλέγχω τὰ φυσικὰ καὶ πνευματικὰ πάθη μου, διότι ἀπολαμβάνω τὶς ἀκάθαρτες σκέψεις μου, μὲ τὴν ἀκολασία μου καὶ τὴν ἔλλειψη ἀγνότητος στοὺς λογισμούς, στοὺς λόγους καὶ στὶς πράξεις μου.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲ τὴν ἔλλειψη ὑπομονῆς γιὰ τὶς ἀρρώστιες καὶ τὶς θλίψεις μου, μὲ τὴν ἀφοσίωσή μου στὶς ἀνέσεις τῆς ζωῆς καὶ μὲ τὸ ὅτι εἶμαι τόσο προσκολλημένος στοὺς γονεῖς, στὰ παιδιά, στοὺς συγγενεῖς καὶ στοὺς φίλους μου.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ διότι σκλήρυνα τὴν καρδιά μου, διότι ἔχω ἀσθενῆ θέληση καὶ διότι δὲν παρακινῶ τὸν ἑαυτό μου νὰ κάνει τὸ καλό.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲ τὴν φιλαργυρία μου, τὴν ἀγάπη μου γιὰ χρήματα καὶ γιὰ τὴν ἀπόκτηση περιττῶν πραγμάτων ἀλλὰ καὶ μὲ τὴν ὑπερβολικὴ μου προσκόλλησι σὲ πράγματα.

Ἔχω ἀμαρτήσῃ μὲν τὴν δικαίωσι τοῦ ἑαυτοῦ μου, μὲ τὴν ἀδιαφορία γιὰ τὶς

ὀχλήσεις τῆς συνείδησός μου, ἀλλὰ καὶ διότι ἀπέτυχα νὰ ἐξομολογηθῶ τὶς ἁμαρτίες μου λόγω ἀμέλειας ἢ ἐξαιτίας τῆς ψεύτικης ὑπερηφάνειάς μου.

Ἔχω ἁμαρτήσῃ πολλές φορές κατὰ τὴν ἐξομολόγησή μου μὲ τὸ νὰ παρουσιάζω τὶς ἁμαρτίες μου ὡς μικρότερες ἀπ' ὅ,τι εἶναι, μὲ τὴν δικαιολογία καὶ τὴν ἀπόκρυψη ἁμαρτιῶν μου.

Ἔχω ἁμαρτήσῃ στὸ ἀγιότατο καὶ ζωοπάροχο Μυστήριο τοῦ Σώματος καὶ τοῦ Αἵματος τοῦ Κυρίου μας, μὲ τὸ νὰ προσέρχομαι στὴν θεία Κοινωνία χωρὶς ταπείνωση ἢ χωρὶς φόβο Θεοῦ.

Ἔχω πράγματι ἁμαρτήσῃ, μὲ λόγια καὶ μὲ σκέψεις, ἐν γνώσει καὶ ἐν ἀγνοίᾳ, ἠθελημένα καὶ ἀθέλητα, μὲ τὶς σκέψεις καὶ μὲ τὴν ἀπερισκεψία μου, καὶ εἶναι ἀδύνατο νὰ καταμετρηθοῦν ὅλες οἱ ἁμαρτίες μου ἐξαιτίας τοῦ πλήθους τους. Ἀλλὰ εἰλικρινὰ μετανοῶ γι' αὐτὲς καὶ γιὰ ὅλες, ὅσες δὲν ἀνέφερα ἐξαιτίας τῆς λησμοσύνης μου καὶ παρακαλῶ νὰ μοῦ συγχωρεθοῦν ἀπὸ τὸ ἀμέτρητο ἔλεος τοῦ Θεοῦ.

Προσευχὴ

Εἶθε ὁ Παντοδύναμος Θεὸς διὰ τοῦ Ἁγίου Του Πνεύματος νὰ ἐμπνεύσει τὴν εἰλικρινῆ μετάνοια στὶς καρδιὰς ὅλων μας, ἕτσι ὥστε νὰ γνωρίσουμε τὶς ἐντολές Του, νὰ ἀντιμετωπίσουμε πραγματικὰ τὶς ἁμαρτίες μας καὶ νὰ τὶς ἐξομολογηθοῦμε ταπεινὰ σ' Ἐκεῖνον, τόσο κατὰ τὶς κατ' ἰδίαν προσευχὲς μας ὅσο καὶ στὸ μυστήριο τῆς ἐξομολόγησῃς, οὕτως ὥστε νὰ φύγει τὸ φορτίο μας, νὰ ἀνακουφιστοῦμε καὶ νὰ ἀπελευθερωθοῦμε ἀπὸ τὴν ἐνοχὴ μας καὶ νὰ ἐνωθοῦμε ξανά μὲ τὸ Σῶμα τοῦ Χριστοῦ, τὴν Ἐκκλησία.

Τί μεγάλο δῶρο εἶναι τὸ μυστήριο τῆς ἐξομολόγησῃς!”

Πηγή: agiazoni.gr