

## Περὶ ἐξομολόγησεως (Παπαδόπουλος Παῦλος Ἄρχιμανδρίτης)

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



Πάνω στὴν καθαρὴ ἐξομολόγησι θὰ βλαστήσει ἡ προσευχὴ μας, θὰ καρποφορήσει ἡ νηστεία μας, θὰ αὐξηθεῖ ὁ ζῆλος μας, θὰ γεννηθεῖ ἡ κατάνυξι...



Ἐὰν ξεχάσω κάποια ἁμαρτία; Ἐὰν κρύψω κάποια ἀπὸ ντροπῆ;

«Στὴν ἐξομολόγησι πηγαίνουμε ὄχι γιὰ νὰ κοινωνήσουμε, ἀλλὰ ἐπειδὴ μετανοοῦμε καὶ θέλουμε νὰ καθαρθοῦμε ἀπὸ τὴν ἁμαρτία μας»

Πήγαινε στὸν πνευματικὸ σου συναισθανόμενος ποὺ προσέρχεσαι, ποιὸν πᾶς νὰ συναντήσεις. Δὲν θὰ συναντήσεις ἀπλὰ ἕναν ἄνθρωπο, ἀλλὰ τὸν ἴδιο τὸν Κύριο.

Πρὶν πᾶς ἐξέτασε τὴν ζωὴ σου. Δὲς τὸ βάθος τῶν πράξεών σου, τῆς συμπεριφορᾶς σου, τὶς κινήσεις τοῦ νοῦ καὶ τῆς καρδιᾶς σου.

Ἐξομολογήσου ὅλες τὶς ἁμαρτίες σου μὲ εὐθύτητα καὶ εἰλικρίνεια σὰν νὰ εἶναι ἡ τελευταία ἡμέρα τῆς ζωῆς σου.

Κι ἂν ἔρθει ἡ ντροπὴ, νίκησέ την ὁμολογώντας πρώτη ἐκείνη τὴν ἁμαρτία γιὰ τὴν ὁποία ντρέπεσαι πιὸ πολύ. Δὲν ὑπάρχει πιὸ λυτρωτικὸ γεγονὸς ἀπὸ αὐτό. Διότι νικώντας τὴν ντροπὴ, οὐσιαστικὰ νικᾶς τὸ αὐτοεἰδωλό σου, γκρεμίζεις τὴν ἐγωπάθειά σου. Μὴν ξεχνᾶς, ὅτι ἡ ντροπὴ τὴν ὥρα τῆς ἐξομολογήσεως εἶναι ἕνα σύμπτωμα τοῦ ἐγωισμοῦ σου, ποὺ δὲν σὲ ἀφήνει νὰ ἐλευθερωθεῖς ἀπὸ τὸν ρύπο τῆς ἁμαρτίας σου, ποὺ δὲν σὲ ἀφήνει νὰ συγχωρεθεῖς πλήρως μὲ τὸν Θεό, δὲν σὲ ἀφήνει νὰ ταπεινωθεῖς καὶ δι' αὐτοῦ τοῦ τρόπου νὰ ἐλκύσεις τὴν Χάρη τοῦ Θεοῦ.

Πὲς τὴν ἁμαρτία σου λοιπὸν ὅπως εἶναι, χωρὶς δικαιολογίες, ὥστε νὰ ταπεινωθεῖς. Ὁμολόγησέ την χωρὶς δισταγμούς. Ἐὰν μετανόησες πραγματικὰ δὲν θὰ δυσκολευτεῖς. Ἐὰν πιάνεις τὸν ἑαυτό σου νὰ προσπαθεῖ νὰ περισώσει κάποια “ἀξιοπρέπεια”, δηλαδή νὰ μὴν ταπεινωθεῖ, τότε νὰ ξέρεις ὅτι δὲν μετανοεῖς πραγματικὰ. Στὸν πνευματικὸ δὲν πᾶμε γιὰ νὰ σώσουμε τὸ “ἐγώ” μας, ἀλλὰ γιὰ νὰ τὸ συντρίψουμε. Πὲς τὴν δική σου ἁμαρτία, ὄχι τῶν ἄλλων.

Ὅταν ὁμολογεῖς τὴν ἁμαρτία σου νὰ τὴν λὲς σὲ πρῶτο ἐνικὸ πρόσωπο. “Εγώ, ἔκανα αὐτὸ ἢ ἔκλεινο”. Εἶναι ἴσως ἡ μοναδικὴ φορᾶ ποὺ τὸ “ἐγώ” χρησιμοποιεῖται θεάρεστα. Μὴν προσπαθοῦμε νὰ ὠραιοποιήσουμε τὴν πτώση μας, τὸ σκοτάδι μας, τὴν λέπρα μας!

Πρέπει νὰ καταλάβουμε, ὅτι μέσα στὸ Μυστήριο τῆς Ἐξομολογήσεως ἡ Χάρη τοῦ Θεοῦ ἔρχεται ὅταν ὑπάρχει μετάνοια καὶ ταπείνωση.

Μὴν πᾶμε στὸν πνευματικὸ καὶ ἀρχίζουμε τὴν ἐξομολόγηση λέγοντας “ὅπως ὅλοι οἱ ἄνθρωποι, ἔτσι κι ἐγὼ ἔκανα ἐκεῖνο ἢ τὸ ἄλλο...”. Ἄσε τοὺς ἄλλους ἡσυχους, μὴν τοὺς ἀνακατεύεις. Μὴν προσπαθεῖς νὰ μετριάσεις τὴν ἁμαρτία σου προβάλλοντας τί κάνουν οἱ πολλοί. Ἡ ἁμαρτία σου εἶναι ἁμαρτία. Δὲν ἔχει λιγότερη βαρύτητα, ἐπειδὴ αὐτὴν τὴν ἐποχὴ τὴν κάνουν πολλοί! Γνώμονας δὲν εἶναι τὸ τί κάνουν οἱ πολλοί, ἀλλὰ ποιὸς εἶναι ὁ νόμος τοῦ Θεοῦ!

Ἐπίσης, μὴ πεῖς ἀόριστα καὶ γενικὰ “εἶμαι ἕνας ἁμαρτωλός, ἔχω κάνει πολλά”. Αὐτὸ δὲν εἶναι ἐξομολόγηση. Ἐχεις κάνει συγκεκριμένα πράγματα καὶ αὐτὰ τὰ

συγκεκριμένα πρέπει να αναφέρεις. Όπως ο άρρωστος δεν λέει στον γιατρό “είμαι άρρωστος, πονάω πολύ”, διότι ο γιατρός δεν θα μπορέσει να καταλάβει από τί πάσχει ο άνθρωπος.

Έτσι και στα πνευματικά μας νοσήματα, εξομολόγησου καθαρά το είδος της αμαρτίας σου κι αν έπεσες μία ή περισσότερες φορές.

Αφού λοιπόν όμολογήσεις την αμαρτία σου, τώρα άκουσε με μεγάλη προσοχή τί θα σοῦ πεί ο Πνευματικός.

Δώσε προσοχή στις υποδείξεις και τις συμβουλές του, με την ίδια και μεγαλύτερη προσοχή, με την οποία ο άρρωστος άκούει τις οδηγίες του γιατροῦ, για τὰ φάρμακα που πρέπει να πάρει και την θεραπεία που πρέπει να ακολουθήσει.

Δέξου με χαρά και υπακοή, με ταπεινό φρόνημα τὸν κανόνα που ἴσως θα σοῦ βάλει. Ἰδιαίτερα πρόσεξε μὴ τυχὸν και προσέλθεις στὸ Μυστήριο τῆς Θείας Εὐχαριστίας χωρὶς τὴν ἄδεια-εὐλογία τοῦ Πνευματικοῦ.

Τὸ ἔχουμε ξαναπεῖ: στὴν ἐξομολόγηση πηγαίνουμε ὄχι γιὰ νὰ κοινωνήσουμε, ἀλλὰ ἐπειδὴ μετανοοῦμε και θέλουμε νὰ καθαρθοῦμε ἀπὸ τὴν αμαρτία μας. Ἐὰν θὰ μᾶς ἐπιτραπεί νὰ κοινωνήσουμε ἢ ὄχι, εἶναι στὴν διάκριση τοῦ πνευματικοῦ μας πατρὸς που φέρει τὴν εὐθύνη γιὰ ἐμᾶς.

Ἐμεῖς ἂς κάνουμε υπακοή σὲ ὅ,τι μᾶς συμβουλέψει ὁ πνευματικός μας κι ἂς εἴμαστε σίγουροι ὅτι δι’ αὐτοῦ τοῦ τρόπου προαγόμαστε πνευματικά.

Φεύγοντας ἀπὸ τὸ ἐξομολογητήριο δὲν τελειώνει ἡ προσπάθειά μας. Ἀντιθέτως, τώρα ἀρχίζουν τὰ ἔργα μετανοίας μας. Τώρα χρειάζεται νὰ βάλουμε τὴν μελέτη τοῦ Θείου Λόγου στὴν ζωή μας, νὰ μὴν παραλείπουμε τὴν καθημερινὴ προσευχή, τὸν τακτικὸ ἐκκλησιασμό, τὴν νηστεία, τὸν κανόνα μας.

Ἡ ἐξομολόγηση εἶναι ἡ βάση τῆς πνευματικῆς προσπάθειάς μας. Πάνω στὴν καθαρὴ ἐξομολόγηση θὰ βλαστήσει ἡ προσευχή μας, θὰ καρποφορήσει ἡ νηστεία μας, θὰ ἀύξηθεῖ ὁ ζῆλος μας, θὰ γεννηθεῖ ἡ κατάνυξη, θὰ ἐλευθερωθεῖ ἡ ψυχὴ μας ἀπὸ τὰ κοσμικά, θὰ φωτιστεῖ ὁ νοῦς μας.

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