

## Γιά τήν ἔξομολόγησι (Γέρων Εὐστράτιος Γκολοβάνσκι)

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



Στήν Ἐξομολόγησι δεν πρέπει νά φοβόμαστε οὔτε νά ντρεπόμαστε. Ὁ φόβος καί ἡ ντροπή εἶναι αἰσθήματα ἄλογα, πού προέρχονται εἴτε ἀπό τό διάβολο εἴτε ἀπό τόν ἐγωισμό μας. Ὁ πνευματικός, πού ἐπιτελεῖ τό Μυστήριον, οὔτε μέ τό λογισμό του δέν πρόκειται νά σέ κρίνει γιά τά ἁμαρτήματά σου. Εἶναι δυνατόν ἕνας ἁμαρτωλός νά κρίνει ἄλλον ἁμαρτωλό; Γιατί καί ὁ πνευματικός ἁμαρτωλός ἄνθρωπος εἶναι, ἄνθρωπος πού φοβᾶται, ὅπως ὅλοι, τήν κρίση τοῦ Θεοῦ καί ἐξομολογεῖται τακτικά τά δικά του ἁμαρτήματα.



Έξάλλου, όσο βαριά αμαρτήματα κι αν έχεις διαπράξει, ο ιερέας, ακούγοντας τά, δέν πρόκειται νά έντυπωσιαστεί ούτε, πολύ περισσότερο, ν' άγανακτήσει. Δέν είσαι ο πρώτος πού συναισθάνεται τήν άμαρτωλότητά του. Πολλοί πρίν άπό σένα τή συναισθάνθηκαν καί έξομολογήθηκαν. Έτσι ο ιερέας έχει άκούσει άναρίθμητες φορές τά ίδια πράγματα.

Μά κι αν ακόμα υποθέσουμε ότι ένα ή περισσότερα αμαρτήματά σου είναι πράγματι έπαίσχυντα, δέν είναι καλύτερα νά τά άποκαλύψεις τώρα έκούσια μπροστά σ' έναν μόνο άνθρωπο καί νά πάρεις άφεση, γλυτώνοντας τήν αίώνια καταδίκη, παρά νά τά όμολογήσεις άκούσια στό φοβερό κριτήριο του Χριστού, τήν ήμέρα τής Κρίσεως, μπροστά σ' όλον τόν κόσμο, μπροστά στους άγγέλους, πού θά κλαίνε γιά σένα, μπροστά στους δαίμονες, πού θά σέ περιγελούν, καταντώντας μάλιστα -κι αυτό είναι τό χειρότερο- στην άτελεύτητη κόλαση;

Μήν τό ξεχνᾶς: Ό,τι άποκαλυφθεῖ έδῶ, στην Έξομολόγηση, δέν θά άποκαλυφθεῖ έκεῖ, στην Κρίση. Ό,τι συγχωρηθεῖ έδῶ, στή γῆ, θά είναι συγχωρημένο καί έκεῖ, στον ούρανό. Καί, αλίμονο, ό,τι μένει άσυγχώρητο στή γῆ, άσυγχώρητο θά είναι καί στον ούρανό (Μάτθ. 18:18).

### **Πῶς πρέπει νά έξομολογοῦμαι;**

Πρῶτα-πρῶτα, νά προσέρχεσαι στό Μυστήριο μέ άληθινή μετάνοια καί βαθιά συντριβή γιά τά αμαρτήματα πού διέπραξες όχι μόνο μέ έργα καί λόγια, αλλά

ἀκόμα καί μέ τό λογισμό. Ἔπειτα, νά ἀποκαλύπτεις τά ἀμαρτήματα αὐτά μπροστά στόν πνευματικό, χωρίς νά κρύβεις ἢ νά δικαιολογεῖς τίποτα. Μίλα μέ τόν δικό σου προσωπικό τρόπο, ἀπλά καί ἀνεπιτήδευτα, ξεκάθαρα καί κατανοητά, χωρίς μισόλογα ἀλλά καί χωρίς κενολογίες. Μην περιμένεις ἀπό τόν ἱερέα νά σέ ρωτήσῃ ἂν ἔκανες τοῦτο ἢ ἐκεῖνο τό ἀμάρτημα. Αὐτόβουλα νά ἐξομολογεῖσαι ὅσα σου ὑποδεικνύει ἡ συνείδησή σου, μέ κριτήριο τό νόμο τοῦ Θεοῦ.

### **Τί νά κάνω, ἂν, ἀφοῦ ἐξομολογηθῶ, ξαναπέσω στό ἴδιο ἀμάρτημα;**

Νά μήν ἀπελπιστεῖς καί νά μήν παραδοθεῖς στήν ἀμέλεια. Σήκω ἀμέσως, χωρίς καθυστέρηση ἢ ἀναβολή, πήγαινε στόν πνευματικό σου πατέρα καί ἐξομολογήσου τήν πτώση σου με εἰλικρινῆ μετάνοια καί βαθιά συντριβή. Κᾶνε τόν κανόνα, πού τυχόν θά σοῦ ἐπιβάλλει ὁ πνευματικός, καί ἀκολούθησε πιστά τίς συμβουλές του. Ὁ εὐσπλαχνος Θεός νά μᾶς φυλάξει ὅλους μας ἀπό τήν ὀλέθρια ἀμέλεια, ἀπό τή χρόνια ἀμαρτία καί ἀπό τήν ἀμετανοησία.

### **Τί εἶναι τά ἐπιτίμια;**

Τά ἐπιτίμια ἢ οἱ κανόνες, ὅπως κοινά λέγονται, δέν εἶναι ποινές ἢ τιμωρίες, ἀλλά παιδαγωγικά-θεραπευτικά φάρμακα πού δίνει ὁ ἱερέας-πνευματικός, ὡς γιατρός ψυχῶν, στούς χριστιανούς, ὅταν αὐτοί προσέρχονται στό Μυστήριό τῆς Ἐξομολογήσεως. Τά ἐπιτίμια ἐπιβάλλονται τόσο πρὶν ἀπό τήν παροχή τῆς ἀφέσεως τῶν ἀμαρτιῶν ὅσο καί ὕστερα ἀπ' αὐτήν. Ἔτσι, ὅταν ὁ πνευματικός βλέπει ἐλλιπῆ ἢ ἀνειλικρινῆ μετάνοια στόν ἐξομολογούμενο, δέν τοῦ παρέχει ἀμέσως τήν ἄφεση, ἀλλά τοῦ ἐπιβάλλει κάποιον ἐπιτίμιο (κανόνα), γιά νά τόν ὀδηγήσῃ σέ μετάνοια πλήρη καί εἰλικρινῆ. Τό ἴδιο μπορεῖ νά κάνει καί σ' ἐκεῖνον πού ἔχει λάβει τήν ἄφεση, γιά νά τόν στερεώσῃ στήν πνευματική ζωή καί τόν ἀγώνα κατά τῆς ἀμαρτίας.

Τέτοια ἐπιτίμια εἶναι εἰδικές προσευχές, μελέτη ψυχωφελῶν βιβλίων, νηστεία, ἐλεημοσύνη, στέρηση τῆς θείας Κοινωνίας γιά κάποιον χρονικό διάστημα -τό τελευταῖο γιά βαριά ἀμαρτήματα- καί ὅ,τι ἄλλο κρίνει πρόσφορο ὁ ἱερέας γιά τήν ψυχική θεραπεία τοῦ ἀμαρτωλοῦ χριστιανοῦ.

Πολλά ἐπιτίμια προβλέπονται ἀπό τούς ἱερούς κανόνες. Ἡ ἐπιβολή τους, πάντως, δέν εἶναι ἀπαραίτητη, ἀκριβῶς ἐπειδή, ὅπως εἶπαμε, εἶναι φάρμακα. Ἄν, λοιπόν, ὁ πνευματικός κρίνει ὅτι ἡ θεραπεία μιᾶς ψυχῆς μπορεῖ νά συντελεστεῖ καί χωρίς αὐτά, μπορεῖ νά τά μετριάσῃ ἢ καί νά τά παραλείψῃ.

Στόν παπισμό τά ἐπιτίμια δέν εἶναι φάρμακα ἀλλά ποινές. Ἔτσι ἐπιβάλλονται ἀπαραίτητα στόν ἁμαρτωλό, γιά νά ἰκανοποιηθεῖ τάχα ἡ δικαιοσύνη τοῦ Θεοῦ, πού ἀπαιτεῖ τήν τιμωρία τοῦ παραβάτη τοῦ νόμου Του.

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