06/05/2019

Πως πρέπει να γίνεται η σωστή εξομολόγηση

/ Νέοι και Εκκλησία

Η ιστοσελίδα των “Χαρούμενων Αγωνιστών” του Μαθητικού Τομέα του Συλλόγου “Ο ΜΕΓΑΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ” έλαβε πρόσφατα την εξής ερώτηση: **“ΠΩΣ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΓΙΝΕΤΑΙ Η ΣΩΣΤΗ ΕΞΟΜΟΛΟΓΗΣΗ;”.**

Η επίσημη απάντηση της ιστοσελίδας (agonistes.gr), περί τα τέλη Απριλίου 2019, είχε ως εξής:

“Το μυστήριο της εξομολόγησης είναι θεόσδοτο, διότι ο ίδιος ο Κύριος Ιησούς Χριστός έδωσε την εξουσία στους μαθητές του, τους Αγίους Αποστόλους, και δι’ αυτών στους διαδόχους τους, τους επισκόπους και τους ιερείς μας: «ἄν τινων ἀφῆτε τὰς ἁμαρτίας, ἀφίενται αὐτοῖς, ἄν τινων κρατῆτε, κεκράτηνται», δηλαδή «σ’ όποιους συγχωρήσετε τις αμαρτίες, θα τους είναι συγχωρημένες κι από τον Θεό. Σ’ όποιους όμως τις κρατάτε ασυγχώρητες, θα μείνουν για πάντα κρατημένες. (Ιω.κ΄23)

Η εξομολόγηση έχει δραστική υπερφυσική δύναμη και θαυμαστά αποτελέσματα. Όμως, ποτέ δεν ενεργεί με τρόπο μαγικό, έστω και αν έχει τέτοια δύναμη. Τα αποτελέσματα της εξομολόγησης εξαρτώνται από την ψυχική προετοιμασία και

γενικά από τον τρόπο εξομολογήσεως των προσερχομένων.

Για να είναι σωστή και αποτελεσματική η εξομολόγηση, τι πρέπει να προσέξουμε;

α) Χρειάζεται επιμελής προετοιμασία και όχι προχειρότητα. Εξομολόγηση σημαίνει ανακοίνωση και εξαγόρευση όλων των αμαρτιών και των ελλείψεών μας. Διαφορετικά δεν παίρνουμε άφεση. Προϋποτίθεται λοιπόν να γνωρίζουμε τις αμαρτίες μας και να τις έχουμε συνειδητοποιήσει. Επομένως απαιτείται αυτοκριτική και προγραμματισμός αρκετόκαιρό πριν την εξομολόγηση.

β) Ακόμη περισσότερο απαιτείται ειλικρίνεια και διαφάνεια. Χωρίς δυσκολία να εκθέσουμε τον αμαρτωλό εαυτό μας στον πνευματικό και να μην κρύψουμε τίποτα διότι όλα λέγονται ενώπιον του παντογνώστη Θεού. Εξάλλου η εξομολόγηση δεν πρέπει να γίνεται εξαναγκαστικά αλλά μόνοι μας να αισθανόμαστε την ανάγκη και να παίρνουμε τη σωτήρια απόφαση. Τίθεται συχνά το ερώτημα:

Ντρέπομαι να τα πω όλα στον πνευματικό. Τι να κάνω;

Η ντροπή είναι το όπλο του πονηρού για να αποτρέψει την άφεση των αμαρτιών μας για τις οποίες τόσο αγωνίστηκε. Πρέπει να το καταλάβουμε. Η ντροπή και ο φόβος μας οδηγούν πολλές φορές στο να περιοριστούμε σε ασήμαντες και επουσιώδεις αμαρτίες και να αποκρύψουμε άλλες σοβαρότερες. Έτσι κοντά στις άλλες προσθέτουμε και την αμαρτία της ανειλικρίνειας. Δεν αποτελεί αυτό προσβολή κατά του Θεού που είναι παρών στο Μυστήριο; Χρειάζεται λοιπόν διαφάνεια. Να εκθέτουμε τον εαυτό μας χωρίς επικαλύψεις. Να είμαστε σαφείς και συγκεκριμένοι χωρίς γενικότητες και αοριστολογίες. Όπως στον γιατρό δε δυσκολευόμαστε να περιγράψουμε αντικειμενικά τα συμπτώματα της ασθενείας μας, έτσι οφείλουμε να περιγράψουμε αντικειμενικά και τα συμπτώματα της ψυχικής μας ασθένειας.

γ) Προσοχή στην δικαιολογία και την πολυλογία. Στην εξομολόγηση πάμε για να εκθέσουμε τον εαυτό μας. Οφείλουμε επομένως να εξομολογούμαστε τις δικές μας αμαρτίες και όχι των άλλων. Αν εκλείψει η δικαιολογία θα αποφύγουμε και τα περιττά λόγια.

δ) Το σπουδαιότερο στοιχείο της καλής και θεάρεστης εξομολόγησης είναι η μετάνοιά μας. Έχω μετανοήσει για τις αμαρτίες που θα εκθέσω; Εκείνο που επισύρει το έλεος του Θεού και τη χάρη Του και μας εξιλεώνει είναι η μετάνοια. Γι' αυτό και ονομάζεται η εξομολόγηση Μυστήριο της μετανοίας.

Μετάνοια σημαίνει συντριβή, ταπείνωση, απόφαση διορθώσεως: «πνεῦμα συντετριμμένον, καρδίαν συντετριμμένην καί τεταπεινωμένην ὁ Θεός οὐκ

εξουδενώσει» (Ψαλμ. ν΄, 19). Οι τύψεις, η εσωτερική πικρία και κατάθλιψη, η αγωνία και η στενοχώρια, τα συναισθήματα μειονεκτικότητας, μελαγχολίας και απογοήτευσης δεν αποτελούν οπωσδήποτε ενδείξεις μετανοίας – μπορεί να είναι απλά εκδηλώσεις ενός θιγμένου και πληγωμένου εγωισμού και να μην έχουν μέσα τους την εκζήτηση του θείου ελέους, την απόφαση διόρθωσης και την ελπίδα για συγχώρηση από τον θεό. Μετάνοια είναι η «κατά Θεόν λύπη» (β΄Κορ.ζ΄10). Πρόκειται για τη σωτήρια και ανορθωτική λύπη που κατά κανόνα συνοδεύεται από μια εσωτερική γαλήνη και παρηγορία, ανακούφιση και γλυκύτητα”.