

ΤΟ ΜΥΣΤΗΡΙΟ ΤΗΣ ΕΞΟΜΟΛΟΓΗΣΗΣ ΣΤΗΝ ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ



Η Εξομολόγηση

Η **ιερή εξομολόγηση** ήταν πράξη γνωστή στην Παλαιά Διαθήκη (Λευϊτ. ε' 5-6. Αριθ. ε' 5-7. Παροιμ. κη' 13). Γι' αυτό και οι άνθρωποι προσέρχονταν στον Ιωάννη τον Πρόδρομο και εξομολογούνταν τις αμαρτίες τους, ενώ εκείνος πιστοποιούσε την μετάνοιά τους με το βάπτισμα (Ματθ. γ' 5-6. Μάρκ. α' 4-5).

Η πράξη αυτή συνεχίσθηκε και στη χριστιανική Εκκλησία- «πολλοί των πιστευσάντων ήρχοντο εξομολογούμενοι τας αμαρτίας αυτών και φανερώνοντες τας πράξεις αυτών» (Πράξ. ιθ' 18) με αποτέλεσμα να συγχωρούνται από τούς αποστόλους, σύμφωνα με την υπόσχεση του Κυρίου, πώς θα δινόταν στους αποστόλους η εξουσία αυτή (Ματθ. ιστ' 19. ιη' 18). Αυτό εκπληρώθηκε μετά την ανάσταση του Χριστού. Η συγχώρηση δεν βασιζόταν φυσικά στη δύναμη των αποστόλων, αλλά «εν τω αίματι» του Κυρίου (Ιω. κί' 21-23. Α' Ιω. α' 7).

Ο εξομολόγος χρησιμοποιείται ως όργανο, ως υπηρέτης του Χριστού και οικονόμος των μυστηρίων του Θεού (Α' Κορ. δ' 1. πρβλ Τίτ. α' 7. Α' Ιω. α' 9- β' 2).

Στην αρχαία Εκκλησία η εξομολόγηση γινόταν δημόσια στην ιερή σύναξη των πιστών, όπου βέβαια ήταν και το ιερατείο και ο επίσκοπος, ο οποίος έδινε την άφεση. «Όλους όσοι μετανοούν τούς συγχωρεί ο Κύριος, εάν μετανοήσουν εις ενότητα Θεού και εις συνέδριον επισκόπου», λέγει χαρακτηριστικά ο άγιος Ιγνάτιος (Ιγν., Φιλαδ. 8,1), ενώ η «Διδαχή» προτρέπει: «Εν Εκκλησία εξομολογήση τα παραπτώματά σου, και ου

προσελεύση επί προσευχή σου εν συνειδήσει πονηρά, αύτη εστίν η οδός της ζωής» (Διδ. 4,14).

Ο άγιος Κυπριανός τονίζει πώς ο αμαρτωλός γίνεται πάλι δεκτός στην εκκλησιαστική κοινωνία, δηλαδή στο μυστήριο της θείας ευχαριστίας «δια της επιθέσεως των χειρών του επισκόπου και του ιερατείου», αφού προηγουμένως εξομολογηθεί (Κυπρ. επιστ. 16,2), δεν επιτρέπει την θεία κοινωνία σε κανένα, «εάν προηγουμένως ο επίσκοπος και το ιερατείο δεν επιθέσουν την χείρα επάνω του» (επιστ. 18,2), η «άφεση», λέγει, πού έγινε «δια των ιερέων» είναι «αρεστή στον Κύριο» (De lapsis 29).

Ο Ωριγένης θεωρεί σαν φυσικό επακόλουθο, «σύμφωνα με την εικόνα εκείνου πού έδωσε την ιεροσύνη στην Εκκλησία, να αναδέχονται και οι λειτουργοί και ιερείς της Εκκλησίας τα αμαρτήματα του λαού και μιμούμενοι τον Διδάσκαλο, να παρέχουν στο λαό την άφεση των αμαρτιών»(Ωριγ., Εις Λευίτ., Όμιλ ν, 3).

Ο Μ. Βασίλειος αναφέρεται στην εξομολόγηση κατά την αποστολική Εκκλησία (Πράξ. ιθ' 18) και συμπεραίνει πώς «είναι ανάγκη να εξομολογούμεθα τα αμαρτήματα εις τούς εμπειπιστευμένους την οικονομίαν των μυστηρίων του Θεού» (Α' Κορ. δ' 1), επειδή και οι πρώτοι χριστιανοί «εξομολογούντο εις τούς αποστόλους, οι όποιοι και εβάπτιζον άπαντες» (Μ. Βασιλ, Όροι κατ' επιτ. 288).

Ο άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος αναφέρει για τούς ιερείς: «Ενώ κατοικούν και περιφέρονται ακόμη εις την γην, ανέλαβον την διεύθυνσιν ουρανίων υποθέσεων με εξουσίαν πού δεν έδωσεν ο Θεός ούτε εις τούς αγγέλους, ούτε εις τούς αρχαγγέλους. Δεν είπε πραγματικά προς τούς αγγέλους, [όσα δέσετε εις την γην, θα είναι δεμένα και εις τούς ουρανούς, και όσα λύσετε εις την γην, θα είναι λυμένα εις τους ουρανούς]... ο δεσμός όμως των ιερέων εγγίζει την ίδιαν την ψυχήν και διαβαίνει προς τούς ουρανούς, και όσα ενεργούν κάτω οι ιερείς, τα επικυρώνει άνω ο Θεός. Ο Δεσπότης εγκρίνει την απόφασιν των δούλων. Μήπως δεν τούς έδωσεν ολόκληρον την ουράνιον εξουσίαν; Τούς είπεν, όποιων τάς άμαρτίας κρατήσετε, θα είναι κρατημένοι» (Χρυσ., Περί Ιερωσ. Λόγος γ' 5).

Η Ορθόδοξη λοιπόν Εκκλησία συνεχίζει αυτή την πρωτοχριστιανική παράδοση της εξομολόγησης ενώπιον του πνευματικού.

ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΕΞΟΜΟΛΟΓΗΣΗ

Τι είναι η Εξομολόγηση;

Η Εξομολόγηση είναι ένα από τα βασικά μυστήρια της Εκκλησίας. Μας δίνει τη δυνατότητα να «συμφιλιωθούμε» με τον Θεό, να εξετάσουμε την πίστη και τη ζωή μας και να εξασφαλίσουμε πνευματική υγεία. Είναι πράξη μετανοίας. Και μετάνοια σημαίνει αλλαγή του εαυτού μας, στροφή, μεταμόρφωση. Όταν αμαρτάνουμε απομακρυνόμαστε από τον Θεό. Όταν όμως μετανοούμε, ομολογούμε τις αμαρτίες μας και ζητάμε συγχώρεση, επιστρέφουμε σ' Αυτόν.

Η Εξομολόγηση μας απαλλάσσει από το βάρος της αμαρτίας. Επιπλέον μας δίνει την ευκαιρία να συζητήσουμε τους βαθύτερους προβληματισμούς μας, να δεχτούμε συμβουλές και να ενισχυθούμε πνευματικά.

Πώς καθιερώθηκε; Μήπως πρόκειται για πρόσφατη επινόηση των κληρικών;

Το μυστήριο καθιερώθηκε από τον ίδιο τον Χριστό. Αυτός έδωσε στους Αποστόλους την εξουσία να συγχωρούν αμαρτίες (Ιω. 20,23). Στη συνέχεια οι Απόστολοι μετέδωσαν το χάρισμα αυτό στους επισκόπους και τους πρεσβυτέρους της Εκκλησίας. Έτσι, μέσω της κανονικής χειροτονίας διαιώνίζεται.

Είναι απαραίτητη η Εξομολόγηση για όλους;

Μόνο ένας αναμάρτητος δε χρειάζεται Εξομολόγηση. Ο άγιος Ιωάννης ο Θεολόγος γράφει ότι όποιος θεωρεί τον εαυτό του αναμάρτητο βρίσκεται σε πλάνη και μακριά από την αλήθεια (Α' Ιω. 1, 8). Αλλά και ο μόνος αναμάρτητος, ο Χριστός, δέχτηκε τό βάπτισμα της μετανοίας από τον Πρόδρομο και έδειξε την αναγκαιότητα του μυστηρίου. Γι' αυτό η

Εξομολόγηση αποτελεί αναπόσπαστο στοιχείο της ορθόδοξης χριστιανικής ζωής.

Ποιος μπορεί νά εξομολογεί;

Όπως προαναφέραμε, η Εξομολόγηση γίνεται σε έναν πνευματικό. Δηλαδή σε ιερέα ο οποίος έχει επιλεγεί ειδικά γι' αυτό το έργο. Χρειάζεται βέβαια να επικοινωνήσουμε μαζί του για να μας ορίσει τον χρόνο και τον τόπο, εκτός και αν εξομολογεί σε καθορισμένες τακτικές ημέρες και ώρες, οπότε δεν είναι απαραίτητη η προηγούμενη συνεννόηση.

Και ο πνευματικός έχει αμαρτίες!

Ο πνευματικός δε συγχωρεί τις αμαρτίες μας με τη δική του αγιότητα ή δύναμη, αλλά με τη χάρη που του δόθηκε από τον Θεό· αυτός μεσολαβεί μόνο. Τις δικές του αμαρτίες φροντίζει να τις εξομολογείται και αυτός σε κάποιον άλλον πνευματικό.

ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΕΞΟΜΟΛΟΓΗΣΗ

Που γίνεται η Εξομολόγηση;

Συνήθως η Εξομολόγηση γίνεται στο ναό. Μπορεί όμως να γίνει και σε κάποιο παρεκκλήσι ή άλλον χώρο.

Πώς γίνεται;

Καθόμαστε αντικρίζοντας τις εικόνες και με την προτροπή του πνευματικού εξομολογούμαστε τις αμαρτίες μας. Μπορούμε επίσης να συμβουλευτούμε τον πνευματικό για κάποιο θέμα που μας απασχολεί. Όταν ολοκληρώσουμε την εξομολόγηση γονατίζουμε και ο πνευματικός βάζοντας το πετραχήλι (σύμβολο της ιερατικής λειτουργίας του) πάνω στο κεφάλι μας ζητά από τον Θεό την άφεση των αμαρτιών μας. Φεύγοντας ασπαζόμαστε τό πετραχήλι και το χέρι του πνευματικού.

Τι πρέπει να πώ στην Εξομολόγηση;

Στην Εξομολόγηση εξετάζουμε τα αισθήματα, τις σκέψεις, τα λόγια, τις πράξεις, τη συμπεριφορά, τις συνήθειες, τις αξίες, τις προτεραιότητες, τους στόχους, την κατεύθυνση και τον τρόπο της ζωής μας. Δεν περιοριζόμαστε στην προσωπική μας πνευματική ζωή, αλλά

συνεξετάζουμε τις οικογενειακές σχέσεις, τις κοινωνικές σχέσεις, την εργασία, ακόμα και τη διασκέδασή μας. Και αυτό επειδή όλη μας η ζωή πρέπει να φωτιστεί από το Άγιο Πνεύμα. Όχι για να καταδικάσουμε τον εαυτό μας, αλλά για να εξασφαλίσουμε τήν πορεία μας προς τον Χριστό. Μπορούμε λοιπόν να θέσουμε στην κρίση του πνευματικού ζητήματα που μας απασχολούν, ώστε να πάρουμε αποφάσεις και να κάνουμε επιλογές που μας προάγουν πνευματικά αποφεύγοντας ταυτόχρονα άλλες που μπορούν να ζημιώσουν τήν ψυχή μας.

Δε σκότωσα, ούτε έκλεψα... τί νά εξομολογηθώ;

Όταν έχουμε τέτοια απορία, αποκαλύπτουμε ότι δε γνωρίζουμε τη διδασκαλία του Χριστού. Επειδή ο Χριστός μας διδάσκει ότι και οι αμαρτωλοί λογισμοί ακόμα μας απομακρύνουν από τον Θεό. Επίσης, αμαρτάνουμε όχι μόνο όταν πράττουμε κάτι κακό, αλλά και όταν δέν εφαρμόζουμε το καλό. Άραγε ποιος μπορεί νά ισχυριστεί ότι εκπληρώνει πραγματικά την εντολή της αγάπης και μάλιστα προς τους εχθρούς του;

Υπάρχει ένας εύκολος τρόπος εξέτασης του εαυτού μου σύμφωνα με τό νόμο του Θεού;

Υπάρχουν οι Δέκα Εντολές και η ερμηνεία τους κάτω από τό πρίσμα της Καινής Διαθήκης. Τό τελειότερο όμως και ακριβέστερο κριτήριο είναι η εντολή της αγάπης προς τον Θεό και προς τόν συνάνθρωπο. Σύμφωνα μέ τά λόγια του Χριστού, σ' αυτή τήν εντολή περιέχονται όλες οί άλλες εντολές (βλ. Ματθ. 22,40). Δε μπορούμε, για παράδειγμα, να αγαπάμε τόν Θεό και νά παραβαίνουμε τις εντολές Του. Ούτε γίνεται να αγαπάμε τους ανθρώπους και ταυτόχρονα να διαπράττουμε αδικίες σέ βάρος τους. Μάλιστα η γνησιότητα της αγάπης προς τον Θεό αποκαλύπτεται από την αγάπη προς τον συνάνθρωπο (Α' Ιω. 4,20). Έτσι, όταν αδιαφορούμε για τους άλλους ή τους κακομεταχειριζόμαστε, δείχνουμε ότι δεν έχουμε αγάπη προς τον Θεό. Περιφρονούμε την εντολή Του για την αγάπη προς τον συνάνθρωπο και δέ σεβόμαστε τά δημιουργήματα Του.

Μου φαίνεται δύσκολο νά μιλήσω για τόσο προσωπικά Θέματα. Αισθάνομαι ντροπή. Τί θα σκεφτεί ο πνευματικός;

Πρέπει νά βλέπουμε τό εξομολογητήριο σαν ιατρείο και τον πνευματικό σάν γιατρό. Για εμάς η Εξομολόγηση είναι θέμα ψυχικής - συχνά και σωματικής- υγείας. Για τον πνευματικό πάλι είναι κάτι τό

συνηθισμένο. Δεν πρόκειται νά σοκαριστεί από τις δικές μας αμαρτίες. Σίγουρα έχει ακούσει χειρότερες. Εξάλλου, δεν είναι περίεργο η ντροπή, πού μας λείπει την ώρα της αμαρτίας, νά μας κυριεύει τήν ώρα της μετανοίας;

Φοβάμαι μήπως ο πνευματικός φανερώσει τις αμαρτίες μου.

Ο πνευματικός έχει ιερό καθήκον να τηρεί τό απόρρητο της Εξομολογήσεως, τό οποίο μάλιστα αναγνωρίζεται και από τόν νόμο. Σε περίπτωση παράβασης αυτού του καθήκοντος ελέγχεται από τόν Επίσκοπο του και τήν Εκκλησιαστική Δικαιοσύνη. Όπως αναφέραμε πρωτύτερα, τόν πνευματικό θα πρέπει νά τόν αντιμετωπίσουμε ως θεραπευτή. Έτσι χρειάζεται νά τόν περιβάλλουμε και με ανάλογη εμπιστοσύνη. Γιά τον λόγο αυτόν επιλέγουμε ελεύθερα και με δική μας ευθύνη τον πνευματικό, ώστε νά είναι πρόσωπο μέ πίστη και αρετή και νά έχει τήν καλή μαρτυρία των πιστών. Μάλιστα η παράδοση τής Εκκλησίας μας συνιστά τήν τακτική εξομολόγηση στον ίδιο πνευματικό και τήν αποφυγή της εναλλαγής του. Εξάλλου, έχει διαπιστωθεί ότι συνήθως εμείς οί ίδιοι γινόμαστε αιτία κοινοποίησης τής προσωπικής μας ζωής, όταν τήν εμπιστευόμαστε σε ακατάλληλα πρόσωπα, τά οποία δεν έχουν καν τήν ιδιότητα του πνευματικού.

Πώς πρέπει νά λέγονται οι αμαρτίες στον πνευματικό;

Αρκεί μία απλή, σαφής και σύντομη αναφορά. Δε χρειάζονται ούτε λεπτομέρειες (ιδιαίτερα για τά σαρκικά θέματα), ούτε μακροσκελείς εισαγωγές ή δικαιολογίες. Αν είναι απαραίτητο, θα ζητήσει ο πνευματικός περισσότερες πληροφορίες. Αυτό που σίγουρα χρειάζεται είναι ταπείνωση και συναίσθηση των αμαρτιών μας.

Τι μπορεί να μου πει ο πνευματικός;

Νά εξηγήσει τή σπουδαιότητα μιας αμαρτίας. Να συμβουλευσει για τήν αποφυγή της. Νά δώσει απάντηση σε κάποιο ερώτημα που του θέσαμε.

ΜΕΤΑ ΤΗΝ ΕΞΟΜΟΛΟΓΗΣΗ

Μετά την ευχή του πνευματικού έχουν συγχωρεθεί όλες οι αμαρτίες μου; Μήπως κάποιες θα πρέπει νά τις εξομολογηθώ πάλι;

Η ευχή του πνευματικού δίνει την άφεση όλων των αμαρτιών που εξαγορεύσαμε. Συνεπώς τυχόν αμφιβολία μας για τό θέμα αυτό δείχνει έλλειψη πίστης στο μυστήριο και στή δύναμη του Θεού. Αν πάλι δέν αναφέραμε κάτι βασικό σε σχέση με κάποια αμαρτία, χρειάζεται τήν επόμενη φορά νά τό διευκρινίσουμε.

Αν ξεχάσω κάποια αμαρτία; Αν κρύψω κάποια από ντροπή;

Αν ξεχάσαμε κάτι και εφόσον δεν είναι σοβαρό, μπορούμε νά το αναφέρουμε στην επόμενη εξομολόγηση. Αν όμως παραλείψαμε κάποια αμαρτία εσκεμμένα, τότε δεν πρέπει να θεωρούμε ότι μας δόθηκε άφεση και δεν πρέπει νά κοινωνήσουμε, ακόμη και αν πήραμε την άδεια του πνευματικού.

Είναι απαραίτητη η Θεία Κοινωνία μετά την Εξομολόγηση;

Η μετάνοια δεν περιορίζεται στο μυστήριο της Εξομολογήσεως. Η «συμφιλίωση» και η ενωσή μας με τον Θεό δεν ολοκληρώνεται χωρίς τη Θεία Κοινωνία. Αύτη είναι ή μυστηριακή ένωση με τον Θεάνθρωπο Χριστό. Το αποκορύφωμα των μυστηρίων. Η Εξομολόγηση μας προετοιμάζει για τη Θεία Κοινωνία.

Μπορώ νά κοινωνήσω λοιπόν αφού εξομολογήθηκα;

Μετά τήν εξομολόγηση θα πρέπει νά ζητήσουμε από τον πνευματικό τήν άδεια νά μεταλάβουμε. Αυτός θά ορίσει τον χρόνο, τή συχνότητα και τον τρόπο της προετοιμασίας μας (νηστεία, προσευχή, συγχώρεση - συμφιλίωση με τους άλλους).

**Όμως, τί νόημα έχει νά εξομολογούμαι τακτικά, όταν γνωρίζω
ότι θά επαναλάβω τις ίδιες αμαρτίες;**

Όπως κάποιος πού πάσχει από χρόνια ασθένεια δεν παύει νά προσπαθεί για τήν απαλλαγή του, έτσι και εκείνος πού επιθυμεί πραγματικά τήν πνευματική υγεία φροντίζει αδιάκοπα νά τήν αποκτήσει. Αυτός είναι ο πνευματικός αγώνας του ανθρώπου· η διά βίου μετάνοια. Το μυστήριο της Εξομολόγησης εξασφαλίζει ότι καμμιά αμαρτία δε μπορεί νά μας απομακρύνει από τό έλεος του Θεού. Μόνο η έλλειψη μετανοίας μπορεί νά μας καταδικάσει στην αιώνια στέρηση Του.

