

[vimaorthodoxias.gr](https://vimaorthodoxias.gr)

# Ο Άγιος Ιωάννης της Κρονστάνδης για τον σκοπό της νηστείας και της μετανοίας

*Newsroom*

6–8 Minuten

---

[Άγιος Ιωάννης της Κρονστάνδης](#): Κατά την περίοδο της νηστείας οι Ορθόδοξοι Χριστιανοί επιδίδονται εις πολλαπλασίως μεγαλύτερη πνευματική άσκηση από την συνηθισμένη, ενώ καταφεύγουν εις το ιερόν μυστήριον της Εξομολογήσεως – Μετανοίας.

Η Εξομολόγηση όμως πρέπει να είναι ειλικρινής, βαθεία και πλήρης. Ως γράφει ο Άγιος Ιωάννης, Πρωθιερέύς της Κρονστάνδης, εις το βιβλίον του «η εν Χριστώ Ζωή». «Ο Σαρκικός άνθρωπος νομίζει ότι είναι δουλεία η ελευθερία του

χριστιανού π.χ δια την φοίτησιν εις τας ιεράς ακολουθίας, την νηστεία, την προετοιμασία δια το μυστήριο, την εξομολόγηση, την Κοινωνία, όλα τα μυστήρια, και δεν γνωρίζει ότι όλα αυτά είναι απαιτήσεις της φύσεώς του, ανάγκη δια το πνεύμα του.

Όστις έχει συνηθίση να κάμνη απολογισμόν της ζωής του κατά την εξομολόγηση εδώ, δεν θα φοβηθή να απαντήση εις το φοβερόν κριτήριο του Χριστού.

Προς τον σκοπόν τούτον ιδρύθη το επιεικές κριτήριο της μετανοίας, ίνα αφού καθαρισθώμεν και διορθωθώμεν δια της μετανοίας εδώ κάτω, δυνηθώμεν να αποκριθώμεν χωρίς αισχύνην ενώπιον του φοβερού βήματος του Χριστού.

Αυτό είναι το πρώτον ελατήριο δια την ειλικρινή εξομολόγηση, η οποία πρέπει εξάπαντος να γίνεται κατά παν έτος. Όσω περισσότερον μένομεν χωρίς εξομολόγηση, τόσω το χειρότερον δι' ημάς και τόσω περισσότερον περιπλεκόμεθα εις τα δεσμά της αμαρτίας, και, δια τούτο, δυσκολώτερον καθίσταται να δώσωμεν απολογισμόν της ζωής μας.

Το δεύτερον ελατήριο είναι η ψυχική ηρεμία: όσω ειλικρινεστέρα η εξομολόγηση, τόσω ηρεμωτέρα θα είναι μετά ταύτα η ψυχή μας. Αι αμαρτίαι είναι όφεις μυστικοί, που κατατρώνουν την καρδίαν και όλην την ύπαρξιν του ανθρώπου· δεν τον αφήνουν ήσυχον, διαρκώς την καρδίαν του απομυζούν.

Αι αμαρτίαι είναι άκανθαι οξείαι, που διαρκώς πληγώνουν την ψυχήν· αι αμαρτίαι είναι σκότος πνευματικόν. Όσοι μετανοούν πρέπει να παράγουν τους καρπούς της μετανοίας.

Ποιος ο σκοπός της νηστείας και της μετανοίας; Ποίος ο λόγος δια τον οποίον λαμβάνομεν τον κόπον δι' αυτάς;

Σκοπός της νηστείας και της μετανοίας είναι η κάθαρσις της ψυχής από των αμαρτιών, η ειρήνη της καρδίας, η ένωσις μετά του Θεού· μας γεμίζουν με υιοθεσίαν και ευλάβειαν, και μας δίδουν παρρησίαν ενώπιον του Θεού.

Υπάρχουν, πράγματι, πολύ σπουδαίοι λόγοι δια την νηστεία και την εξομολόγηση εξ όλης μας της καρδίας. Ανεκτίμητος αμοιβή θα μας δοθή δι' εργασίαν και μόχθον ευσυνείδητον.

Έχουν άραγε πολλοί από ημάς το αίσθημα της υϊκής αγάπης προς τον Θεόν; Τολμούν άραγε πολλοί από ημάς χωρίς καταδίκην και με παρρησίαν να προσκαλούν τον εν ουρανοίς Πατέρα και να λένουν: «Πάτερ ημών!»; Ή τουναντίον δεν υπάρχει ώστε και να ακουσθή τοιαύτη υϊκή φωνή εις τας καρδίας μας, αι οποίαι έχουν νεκρωθή από τας ματαιότητας του κόσμου και την προσήλωσιν εις τα πράγματά του και τας απολαύσεις; Ή μήπως πολύ μακράν από τας καρδίας μας ευρίσκεται ο Ουράνιος Πατήρ ημών; Και δεν νομίζομεν άραγε ότι ο Θεός είναι εκδικητής, ημείς οι οποίοι απεμακρύνθημεν από Αυτόν εις χώραν μακρινήν;

Ναι, όλοι ημείς ένεκα των αμαρτιών μας είμεθα άξιοι της δικαίας του οργής και τιμωρίας και είναι θαυμαστόν πόσον μακρόθυμος και υπομονητικός είναι απέναντι ημών, ώστε να μη μας πατάσση όπως την άκαρπον συκήν.

Ας σπεύσωμεν να Τον εξιλεώσωμεν με μετάνοια και δάκρυα. Ας εισέλθωμεν εις τον εσωτερικόν μας άνθρωπον, ας εξετάσωμεν τας ακαθάρτους μας καρδίας με πάσαν αυστηρότητα· και όταν ίδωμεν πόσαι ακαθαρσίαι τηρούν αυτάς μακράν

από την Θείαν Χάριν, τότε θα αναγνωρίσωμεν ότι είμεθα πνευματικώς νεκροί. Υπόφερε τας οδύνας και τους πόνους της εγχειρήσεως, δια να δυνηθής να επανακτήσης μετά ταύτα την υγείαν σου (τούτο λέγων εννοώ την εξομολόγηση).

Τούτο σημαίνει ότι κατά την εξομολόγηση οφείλεις να ομολογής όλας τας πράξεις της αισχύνης εις τον πνευματικόν, χωρίς να αποκρύπτεις τι, μολονότι τούτο είναι δυνατόν να είναι οδυνηρόν, επαίσχυντον και ταπεινωτικόν.

Άλλως η πληγή θα μένη αθεράπευτος, θα πονή, θα υποσκάπτει την πνευματικήν υγείαν σου και θα είναι ζύμη δια τας πνευματικάς αδυναμίας σου ή τας αμαρτωλάς σου συνηθείας και τα πάθη.

## **Ο ιερέυς είναι πνευματικός ιατρός**

Επιδείκνυε εις αυτόν τας πληγάς σου, χωρίς να εντρέπεσαι, ειλικρινώς, φανερά, με υϊϊκήν πεποίθησιν και εμπιστοσύνην, διότι ο εξομολόγος είναι ο πνευματικός πατήρ σου, ο οποίος θα ώφειλε να σε αγαπά περισσότερον του πατρός και της μητρός σου· διότι η αγάπη του Χριστού είναι υψηλότερα από κάθε σαρκικήν, φυσικήν

αγάπην.

Εκείνος θα απαντήσει δια σε εις τον Θεόν. Διατί η ζωή μας έγινε τόσον ακάθαρτος, τόσον γεμάτη από πάθη και αμαρτωλίας συνήθειας; Διότι πολλοί αποκρύπτουν τας πνευματικές πληγάς και τους πόνους των, ένεκα του οποίου πονούν διαρκώς και ερεθίζονται· και τοιουτοτρόπως δεν είναι δυνατόν να δώση εις αυτούς κανείς κανένα ιατρικόν.

«Αν πέσης, σήκω και θα σωθής»· είσαι αμαρτωλός, διαρκώς πίπτεις, μάθε πως πρέπει να εγείρεσαι· πρόσεξε πολύ να αποκτήσης αυτήν την σοφίαν. Η σοφία συνίσταται εις τούτο: να μάθης εκ στήθους τον Ψαλμόν «Ελέησόν με ο Θεός, κατά το μέγα ελεός Σου», τον οποίον ενέπνευσεν εις τον βασιλέα και προφήτην Δαβίδ το Άγιον Πνεύμα, και να λέγης αυτόν με ειλικρινή πίστιν και πεποίθησιν, με καρδίαν ταπεινήν και συντετριμμένην.

Μετά την ειλικρινή μετάνοιάν σου, η οποία εκφράζεται εις τους λόγους του Βασιλέως Δαβίδ, η συγχώρησις των αμαρτιών σου εκ μέρους του Κυρίου αμέσως θέλει λάμψη επί σου, και αι

πνευματικά δυνάμεις σου θα ειρηνεύσουν.

«Τον γαρ μη γνόντα αμαρτίαν υπέρ ημών  
αμαρτίαν εποίησεν, ίνα ημείς γενώμεθα  
δικαιοσύνη Θεού εν αυτώ» (Β΄ Κορ. 5, 21),  
λέγεται περί του Χριστού. Θα αισχυνθής λοιπόν  
ύστερον από αυτούς τους λόγους να  
αναγνωρίσης οιανδήποτε αμαρτίαν σου ή να  
αναλάβης την μομφήν δι' αμαρτίαν την οποίαν  
δεν διέπραξας;

Αν Αυτός ο Υιός του Θεού έγινε ένοχος  
αμαρτίας, μολονότι ήτο αναμάρτητος, και συ  
πρέπει να δεχθής την μομφήν δια κάθε αμαρτίαν  
με πραότητα και αγάπην (διότι είσαι πράγματι  
αμαρτωλός), να δεχθής την μομφήν με  
ταπείνωσιν και υποταγήν, και δια τας αμαρτίας  
ακόμη δια τας οποίας δεν είσαι ένοχος. Χάρις εις  
την πίστιν μας μόνον, τα πνευματικά όρη -ήτοι τα  
ύψη και τα βάρη των αμαρτιών- μετακινούνται.  
Δια τούτο, όταν οι χριστιανοί απαλλάσσονται από  
το βάρος των αμαρτιών των δια της μετανοίας και  
εξομολογήσεως, ενίοτε λέγουν: «Δόξα τω Θεώ,  
βουνό ολόκληρο έπεσεν από τους ώμους μου».

*Αγίου Ιωάννου της Κρονστάνδης*

## *Ορθόδοξος Τύπος αρ. φυλ. 1951, 23-11-2012*