

Άσκηση στην εσωτερική Μετάνοια !

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



Πόσο μεγάλη αξία έχει να μετανοούμε κάθε λεπτό της ώρας ενώπιον του Θεού, λέγοντας την ευχή του Ιησοῦ μέσα μας «Κύριε, Ιησοῦ Χριστέ, ελέησόν με». Τονίζει ο άγιος Ισαάκ ο Σύρος «Η ζωή αυτή σου δόθηκε για να μετανοήσεις. Μην τη σπαταλάς σε άλλα πράγματα». Ενώ ο αββάς Σισώης ζούσε τις τελευταίες στιγμές της επίγειας ζωής του, του λένουν οι μαθητές του ««Με ποιόν ομιλ...εις, πάτερ;». Και απαντά «άγγελοι ήλθαν να με παραλάβουν και τους παρακαλώ να με αφήσουν λίγο χρόνο, για να μετανοήσω». Του λένουν οι μαθητές του «Δεν έχεις ανάγκη να μετανοήσεις, πάτερ». Και απαντά ο αββάς «Δεν έχω βάλει ακόμη αρχή στον εαυτό μου για να μετανοήσω». Ο αββάς Ησαΐας λέγει «Ο Κύριος ημών Ιησοῦς Χριστός μας παρήγγειλε να συνεχίσουμε να μετανοοούμε μέχρι την τελευταία μας αναπνοή. Γιατί αν δεν υπήρχε μετάνοια, κανείς δεν θα σωζόταν». Και ο άγιος Ισαάκ ο Σύρος διδάσκει • «Κάθε στιγμή του εικοσιτετραώρου χρειαζόμαστε τη μετάνοια». Η μετάνοια είναι η ζωή της πνευματικής ζωής μας που μας δυναμώνει ψυχικά και πνευματικά. Η ζωντανή μετάνοια της ψυχής μας μας ταπεινώνει και μας ὁδηγεί στη Βασιλεία του Θεού, στο Φως του Θεού, στην Αγάπη του Θεού. Πόσο η ψυχή μας κατανύσσεται όταν μετανοούμε με όλη την καρδιά μας και ζητούμε από τον Θεό την συγχώρηση των αμαρτημάτων μας. Ω! πόσο μεγάλο είναι το έλεος του Θεού στην ταπείνωση του μετανοουμένου ανθρώπου. Ω! πόσο θεία χάρη εισέρχεται στην ψυχή μας που εκφράζεται η αγάπη του Θεού σε μας τους αμαρτωλούς. Η

μετάνοια καταλήγει στην ειλικρινή εξομολόγηση στο πετραχήλι του ιερέα, διότι η
θεία χάρη δι' αυτού δίνει άφεση αμαρτιών. Η μετάνοια εξιλεώνει και ηρεμεί τον
ψυχικό κόσμο του πιστού, τον απαλλάσσει από τα αμαρτήματα και τον
μεταμορφώνει σε άνθρωπο της αγάπης και της συγχωρήσεως. Όποιος ζει ειλικρινά
τη μετάνοια, ζει την αγάπη του Θεού και τον πόθο για τη σωτηρία. Μόνο η
εξομολόγηση με ειλικρινή μετάνοια οδηγεί στην καταξιωμένη θεία Κοινωνία και
από εκεί στη σωτηρία της ψυχής, στη βασιλεία του Θεού. Γι' αυτό να έχουμε μεγάλη
μετάνοια για να λάβουμε το έλεος του Θεού και το σπουδαιότερο τη σωτηρία της
ψυχής μας, την βασιλεία του Θεού για να εισέλθουμε μέσα στον παράδεισο με το
φως του Θεού.

(πάτερ Δαμιανός Ζαφείρης)

Πηγή: ayioi-pantes.blogspot.it