



Α΄ Κο 3,16·  
6,19

## Ναοί τοῦ Ἁγίου Πνεύματος - Ἐξομολόγηση

Πόσους ναούς ἔχουμε, παιδιά, στή συνοικία μας; ... Ὑπάρχουν κι ἄλλοι, πολλοί ἄλλοι... Μόνον ἐδῶ ἔχουμε τουλάχιστον δώδεκα (*ἀναφέρουμε τόν ἀριθμό τῶν παιδιῶν τοῦ κατηχητικοῦ*). Ναί, καλὰ ἀκούσατε! Γιατί ὁ καθένας μας ἐδῶ εἶναι ἕνας μικρός ναός.

Ὁ ἀπόστολος Παῦλος στήν Α΄ πρὸς Κορινθίους Ἐπιστολή δύο φορές (3,16· 6,19) τό τονίζει:

✎ Δέν ξέρετε πὼς εἶστε ναός τοῦ Θεοῦ καί τό Πνεῦμα τοῦ Θεοῦ κατοικεῖ μέσα σας;

✎ Δέν ξέρετε ὅτι τό σῶμα σας εἶναι ναός τοῦ Ἁγίου Πνεύματος;

Γνωρίζουμε ὅλοι ὅτι ὁ Θεός εἶναι παντοῦ, εἶναι ὁ «πανταχοῦ παρών»· ὅπως τό ὄξυγόνο πού τό ἀναπνέουμε παντοῦ, ὅπως ὁ οὐρανός πού ἀγκαλιάζει ὅλη τή γῆ, ἔτσι καί ὁ Θεός, ὁ βασιλιάς τῶν οὐρανῶν, ἀγκαλιάζει μέ τήν παρουσία του ὅλη τήν οἰκουμένη.

Αὐτό τό γνωρίζουμε. Ἴσως ὅμως δέν γνωρίζουμε μιά ἄλλη μεγάλη ἀλήθεια τῆς πίστες μας: ὅτι **ὁ Θεός εἶναι μέσα μας**, μέσα σέ ὅλους ἐκείνους πού βαπτίστηκαν καί πῆραν τό χρῖσμα.

Νά, ὅπως αὐτό τό σφουγγάρι πού κρατῶ (*βυθίζουμε ἕνα σφουγγάρι σ' ἕνα σκεῦος διαφανές, γεμάτο μέ νερό*), καθὼς τό βυθίζω γεμίζει ὅλο μέ νερό, ἔτσι κι ἐμεῖς ὅταν βυθιστήκαμε στήν ἅγια κολυμβήθρα τῆς Ἐκκλησίας, **τή μέρα τῆς Βάπτισής μας**, τό σῶμα μας

μουσκεύτηκε μέ τό άγιασμένο νερό, αλλά έπιπλέον, καί τό σωμα καί ή ψυχή μας γέμισαν μέ Πνεῦμα Ἅγιο. Ἀπό τότε ἔχουμε μέσα μας τόν Παράκλητο. Κι ὅπως αὐτό τό σφουγγάρι εἶναι γεμάτο μέ νερό, ἔτσι καί **ὄλη ἡ ὕπαρξή μας εἶναι γεμάτη μέ Πνεῦμα Ἅγιο.** Στή σκέψη μας, στήν καρδιά μας, σ' ὄλες τίς αἰσθήσεις μας, σ' ὄλα τά μέλη τοῦ σώματός μας, σ' ὄλα τά κύτταρά μας ὑπάρχει Πνεῦμα Ἅγιο. Γι' αὐτό λέμε ὅτι ὁ Παράκλητος εἶναι **«ὁ τὰ πάντα πληρῶν»:** γεμίζει, πληρώνει, πλημμυρίζει ὄλη τήν ὕπαρξή μας.

Συχνά, παιδιά, νά περνᾶ ἀπό τή σκέψη μας αὐτή ἡ ἀλήθεια: **Ἔχω μέσα μου τό Πνεῦμα τό Ἅγιο. Εἶμαι ἕνας μικρός ναός του!**

Ὁ Θεός δέν μᾶς παρακολουθεῖ στοργικά μόνο ἀπό ψηλά ὅπου κι ἄν βρεθοῦμε. Δέν εἶναι ἀπλῶς δίπλα μας, βοηθός καί σύντροφός μας. Εἶναι μέσα μας! Τόσο πολύ μᾶς ἀγάπησε!... Ὅχι μόνο δέν στέκεται μακριά μας, ἀλλά εἶναι τόσο κοντά μας, ὅσο δέν θά τολμούσαμε ποτέ νά Τοῦ τό ζητήσουμε: **Εἶναι μέσα μας!**

Αὐτό γιά τίς ψυχές πού ἀγαποῦν τόν Θεό εἶναι **ἡ πιό μεγάλη εὐτυχία!** Εἶναι ὅμως καί **μεγάλη εὐθύνη.** Ὅπως μπαίνουμε σ' ἕναν ναό μέ εὐλάβεια καί στεκόμαστε μέ σεβασμό, γιατί εἶναι τόπος ἱερός, ἀγιασμένος ἀπό τή χάρη καί τήν παρουσία τοῦ Θεοῦ, ἔτσι ὀφείλουμε νά ἀντιμετωπίζουμε κάθε ἄνθρωπο καί τόν ἑαυτό μας μέ **σεβασμό καί ἱερότητα,** ἀφοῦ ὁ καθένας μας εἶναι ἀγιασμένος ἀπό τήν παρουσία τοῦ Ἁγίου Πνεύματος.

Φανταστεῖτε νά μάθουμε ὅτι μπῆκαν κάποιοι στόν ναό τῆς ἐνορίας μας καί τόν γέμισαν ἀκαθαρσίες, μουτζούρωσαν τίς εἰκόνες, μπῆκαν στό Ἱερό, πῆραν τά ἅγια σκεύη, ἔσχισαν τό Εὐαγγέλιο... Μᾶς πιάνει φρίκη καί μόνο νά τό σκεφτόμαστε! Νά βεβηλωθεῖ ἔτσι ὁ ναός τοῦ Θεοῦ δίπλα μας!

Κι ὅμως, παιδιά, δέν ἔχουμε συνειδητοποιήσει ὅτι κάποιες φορές ἐμεῖς οἱ ἴδιοι **βεβηλώνουμε τόν πιό ἱερό ναό** πού ἔχει ὁ Θεός, τήν ὕπαρξή μας.

▪ Κάθε φορά πού αφήνουμε αισχρές σκέψεις νά λερώσουν τή φαντασία μας...

▪ Κάθε φορά πού τά μάτια μας κατατρῶνε ὅ,τι ἄσεμνο κινεῖ τήν περιέργειά μας εἴτε στήν τηλεόραση εἴτε στό διαδίκτυο...

▪ Κάθε φορά πού προχωροῦμε καί σέ πράξεις ἀμαρτωλές, ἐνῶ ξέρουμε ὅτι τίς ἀπαγορεύει τό Εὐαγγέλιο, βεβηλώνουμε τόν ναό τοῦ Θεοῦ.

Τόν καταστρέφουμε, ἐπίσης, ὅταν παίρνουμε ὅτιδήποτε φθείρει τόν ἑαυτό μας: τσιγάρο, ποτό, ναρκωτικό... **Δέν κάνουμε μόνο κακό στόν ἑαυτό σας, καταστρέφουμε ἕναν ναό τοῦ Θεοῦ!**

Κάποτε ὁ Ἰησοῦς μίλησε πολύ αὐστηρά στούς ἀρχιερεῖς, γιατί ἐκμεταλλεύονταν τόν ναό τοῦ Σολομῶντος. Μέ πόνο καί ἱερή ἀγανάκτηση τούς εἶπε: **«Καταντήσατε τό σπίτι τοῦ Πατέρα μου σπηλιά ληστῶν!»** (Μθ 21,13).

Τί θά εἶχε νά πεῖ ἄραγε γιά τόν δικό μας ναό, γιά τόν ναό τοῦ σώματός μας; Μήπως βλέπει νά συγκεντρώνουμε κι ἐμεῖς μέσα μας **σπείρα ληστῶν**, πού ληστεύουν τήν ἀγνότητά μας καί ὅ,τι ἄλλο ὁμορφο μᾶς ἔχει χαρίσει; Ληστές εἶναι, παιδιά, **ὅλα ἐκεῖνα πού καταστρέφουν τήν ἀγνότητά μας καί ὅλα τά πάθη**, οἱ κακίες πού ἀφήνουμε νά φωλιάσουν μέσα μας: ὁ φθόνος, ἡ ἐκδικητικότητα, ὁ ἐγωισμός, ἡ ἀχαριστία, ὁ θυμός...

Ἡ ἀγάπη τοῦ Θεοῦ ὅμως βρῆκε τρόπο νά μᾶς ἀπαλλάσσει ἀπό ὅλους αὐτούς τούς ληστές, νά καθαρίζει τόν ναό μας ἀπό κάθε ἀμαρτία. Πῶς; Μέ τό **Μυστήριο τῆς Ἐξομολόγησης**.

Ὁ Κύριός μας Ἰησοῦς Χριστός μετά τήν ἀνάστασή του, στήν πρώτη συνάντηση πού εἶχε μέ τούς ἀποστόλους, τούς εἶπε: **«λάβετε Πνεῦμα Ἅγιον· ἂν τινων ἀφῆτε τὰς ἀμαρτίας, ἀφίενται αὐτοῖς»** (Ιω 20,22-23). Τούς ἔδωσε τήν ἐξουσία μέ τή χάρη τοῦ Ἁγίου Πνεύματος νά συγχωροῦν ἀμαρτίες! Αὐτή τήν ἐξουσία παρέλαβαν στή συν-

έχεια οί διάδοχοι τῶν ἀποστόλων, οί ἐπίσκοποι. Καί κάθε ἐπίσκοπος τήν παραδίδει στους ἱερεῖς πού γίνονται ἐξομολόγοι καί χαρίζουν σέ μᾶς ὅ,τι πολυτιμότερο: τήν ἄφεση τῶν ἁμαρτιῶν μας. Ὁμολογοῦμε τίς ἁμαρτίες μας καί ὁ Παράκλητος τίς ἐξαφανίζει! Μετά τή συγχωρητική εὐχή πού μᾶς διαβάζει ὁ ἐξομολόγος, καμιά ἁμαρτία δέν ὑπάρχει πλέον μέσα μας! Ἅγιος, **πεντακάθαρος ὁ ναός μας!** Τί θαύματα μᾶς χαρίζει ἡ ἀγάπη τοῦ Θεοῦ!

Νά φροντίζουμε, λοιπόν, παιδιά, συχνά -καί ἰδιαίτερα κάθε φορά πού πλησιάζει τό Πάσχα- νά καθαρίζουμε τόν ναό μας! *(Θά ἦταν καλό νά ἔχει προηγηθεῖ ἡ συνεννόηση μέ τόν ὑπεύθυνο ἱερέα, ὥστε ὁ κατηχητής νά ἀνακοινώσει στά παιδιά πότε ἀκριβῶς θά μπορούσαν νά προσέλθουν στό Μυστήριο τῆς Ἐξομολόγησης).*

Ἐλᾶτε νά δοῦμε μαζί τί χρειάζεται γιά νά καθαρίσουμε καλά κάθε γωνιά του· πῶς μπορούμε νά προετοιμαστοῦμε κατάλληλα γιά τό μεγάλο Μυστήριο τῆς Ἐξομολόγησης *(μοιράζουμε στά παιδιά τό ἀντίστοιχο ἔντυπο, βλ. CD μέ ὑλικό).*

### **Βήματα πρὸς τήν Ἐξομολόγηση:**

**α. Αὐτοέλεγχος:** Σέ μιά ἡσυχῆ ὥρα, ἀφοῦ κάνω πρῶτα τήν προσευχή μου καί ζητήσω τόν φωτισμό τοῦ Θεοῦ, κάνω προσεχτικά ἕναν ἔλεγχο στόν ἑαυτό μου. Ἐξετάζω:

- ➡ τίς σκέψεις, τά λόγια, τίς πράξεις μου
- ➡ τή συμπεριφορά μου στό σπίτι, στό σχολεῖο, στό φροντιστήριο, ὅπου κινούμαι...
- ➡ τίς σχέσεις μου μέ τούς γονεῖς, τ' ἀδέλφια, τούς συγγενεῖς, τούς γείτονες, τούς φίλους, τούς συμμαθητές, τούς καθηγητές μου...
- ➡ τίς αἰσθήσεις μου: τί εἶδα, τί ἄκουσα, τί εἶπα, τί χειρονομίες ἔκανα...
- ➡ τίς παραλείψεις μου: ποῦ δέν πῆγα, τί καλό δέν ἔκανα...

**β. Συναίσθηση της αμαρτωλότητας:** Κάνοντας τόν αυτοέλεγχο συνειδητοποιῶ, συναισθάνομαι πόσο λέρωσα τόν ναό τοῦ Θεοῦ...

**γ. Μετάνοια:** Λυπᾶμαι γιά τίς ἀμαρτίες πού ἔκανα καί παίρνω τήν ἀπόφαση ν' ἀγωνιστῶ γιά νά κρατήσω ὅσο πιά καθαρό μπορῶ τόν ναό μου!

**Μιά ἔνσταση:** Πάλι δέν θά ξαναπέσω σέ κάποιες ἀμαρτίες;

Δέν περιμένει ὁ Θεός ἀπό μᾶς νά γίνουμε ἀναμάρτητοι. Ζητᾶ τήν ἀγωνιστική μας προσπάθεια. Ἐξάλλου, ὅσες φορές κι ἂν λερωθοῦν τά ροῦχα μας, τά πλένουμε καί τά ξαναπλένουμε... Ὅσες φορές κι ἂν ἀρρωστήσουμε, πηγαίνουμε στόν γιατρό... Ἔτσι καί γιά τήν ψυχή μας φροντίζουμε νά τήν καθαρίσουμε ὅσες φορές κι ἂν λερωθεῖ· καί τόν γιατρό τῆς ψυχῆς μας, τόν πνευματικό μας, τόν ἐπισκεφτόμαστε τακτικά.

**Ἀπορία:** Γιατί πρέπει νά λέω τίς ἀμαρτίες μου στόν πνευματικό; Δέν ἀρκεῖ νά τίς λέω τήν ὥρα τῆς προσευχῆς μου μπροστά στήν εἰκόνα τοῦ Χριστοῦ;

Θά σκεφτόμασταν ποτέ νά ποῦμε τό πρόβλημα τῆς υἰείας μας ...στή φωτογραφία τοῦ γιατροῦ; Πῶς νά μᾶς πεῖ ἡ φωτογραφία τή διάγνωση, τά φάρμακα πού χρειάζονται, τήν ἀγωγή πού πρέπει ν' ἀκολουθήσουμε; Ὅπως μᾶς εἶναι ἀναγκαῖες οἱ ἰατρικές συμβουλές, ἔτσι ἀπαραίτητες μᾶς εἶναι καί οἱ συμβουλές τοῦ πνευματικοῦ.

Ἡ Ἐξομολόγηση, ἄλλωστε, εἶναι ἓνα ἀπό τά ἑπτά Μυστήρια τῆς Ἐκκλησίας μας. Ὅπως δέν μποροῦμε μόνοι μας νά τελέσουμε τό Μυστήριο τῆς Θείας Εὐχαριστίας καί νά κοινωνήσουμε, ἔτσι δέν μποροῦμε νά δώσουμε μόνοι μας στόν ἑαυτό μας τήν ἄφεση τῶν ἀμαρτιῶν. Ἔτσι τά ὅρισε ἀπό τήν ἀρχή ὁ ἴδιος ὁ Κύριός μας, πού γνωρίζει ποιό εἶναι τό ἀληθινό μας συμφέρον.

Νά νικήσουμε, παιδιά, κάθε δισταγμό! Ὁ παμπόνηρος ἐχθρός μας φέρνει διάφορα ἐμπόδια γιά νά μᾶς ἀπομακρύνει ἀπό τήν Ἐξομολόγησι: τή **ντροπή**, τήν **ἀναβολή**... (βλ. *Βοήθημα Κατωτέρου Κατηχητικοῦ Β΄*, «Ὁ Θεός στήν Καινή Διαθήκη», ἐκδ. «Χριστιανική Ἐλπίς», σ. 59-60). Μήν τοῦ κάνουμε τό χατίρι! **Στό πρόσωπο τοῦ πνευματικοῦ μᾶς περιμένει ὁ ἴδιος ὁ Χριστός, πού ὄλα τά εἶδε καί ὄλα τά γνωρίζει**. Περιμένει μόνο νά τά ὁμολογήσουμε **ταπεινά καί εἰλικρινά**, γιά νά τά ξεχάσει (βλ. Ἰε 38,34)! Μή χάσουμε τήν ξεχωριστή εὐκαιρία πού μᾶς χαρίζει ἡ ἀγάπη του! Γιά νά ἴναι καθαρός ὁ ναός μας καί νά κατοικεῖ πάντοτε μέσα μας ὁ Παράκλητος!

(Προτεινόμενο τραγούδι ἀπό «Πνευματικές Ὡδές Β΄»: «Ζῆσε μέσα μας ἐσύ», σ. 52, CD «Καταφυγή», ἀρ. 10, βλ. CD μέ ὑλικό).

### ΟΠΤΙΚΟΑΚΟΥΣΤΙΚΟ ΥΛΙΚΟ



1. «Τά βήματα πρός τήν Ἐξομολόγησι».
2. Τραγούδι σέ ἀρχεῖο ἤχου καί προβολή.
3. Κατασκευή.