



**ΕΓΚΥΚΛΙΟΣ**  
**ΤΗΣ ΟΡΘΟΔΟΞΟΥ ΕΠΙΣΚΟΠΙΚΗΣ ΣΥΝΕΛΕΥΣΕΩΣ ΓΕΡΜΑΝΙΑΣ**  
**ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΓΙΑ ΚΑΙ ΜΕΓΑΛΗ ΤΕΣΣΑΡΑΚΟΣΤΗ 2017**

«Ἐφυγαν οἱ μαθητὲς καὶ κήρυσαν στοὺς ἀνθρώπους νὰ μετανοήσουν»  
(Μκ 6,12)

Αγαπητοὶ ἀδελφοὶ καὶ ἀδελφές!

Ἡ Μεγάλη Τεσσαρακοστὴ ἔφθασε – μία ἀπὸ τὶς πιὸ σημαντικὲς περιόδους τοὺς ἐκκλησιαστικοῦ ἔτους. Σὲ διάστημα μερικῶν ἑβδομάδων ἡ Ἐκκλησία μᾶς προετοίμασε γι' αὐτὴν τὴν ὥρα, θυμίζοντάς μας μὲ προσευχὲς καὶ ὕμνους τὴν ἀναγκαιότητα τῆς πνευματικῆς καθαρότητος, τῆς αὐτοπειθαρχίας, τῆς ὑπομονῆς καὶ τῆς σταθερότητος στὴν ὑπέρβαση τῶν πειρασμῶν. Σήμερα, στὴν ἑναρξη τῆς Τεσσαρακοστῆς, παρακαλοῦμε τὸν φιλόανθρωπο Θεό, ὁ ὁποῖος συγχωρεῖ τὰ πάντα, νὰ μᾶς ἀνοίξει τὶς πόρτες τῆς μετανοίας, αὐτῆς ποὺ εἶναι ὁ κύριος σκοπὸς τῆς Μεγάλης Τεσσαρακοστῆς καὶ τελικῶς ὀλόκληρης τῆς ζωῆς μας.

Μετάνοια σημαίνει κατὰ λέξη ἀλλαγὴ στὸν τρόπο σκέψης, μιὰ ὑπαρξιακὴ ἀλλαγὴ τοῦ ἀνθρώπου. Αὐτὸ δὲν εἶναι μόνο μιὰ ἀναγνώριση τῶν ἁμαρτιῶν ποὺ διαπράξαμε, ἀλλὰ μιὰ ριζικὴ ἀλλαγὴ τοῦ τρόπου ζωῆς μας,

μιὰ μὴ ἀναστρέψιμη ἀλλαγὴ, ἢ ὁποῖα ἀποτελεῖ τὸν καρπὸ ἐπίπονης πνευματικῆς ἐργασίας. Αὐτὸ ἀκριβῶς θέλει ὁ Κύριος, ὁ ὁποῖος κατὰ τὸν λόγο τοῦ ἀποστόλου Πέτρου «κάνει ὑπομονή, γιατί δὲν θέλει νὰ καταστραφοῦν μερικοὶ ἀπὸ μᾶς, ἀλλὰ νὰ μετανοήσουν ὅλοι» (Β΄ Πέτρ. 3,9).

Στὴν πορεία μας κατὰ τὴν διάρκειά τῆς Μεγάλῃς Τεσσαρακοστῆς παραμονεύουν ποικίλοι πειρασμοί. Ἐνας ἀπὸ τοὺς πιὸ ἐπικίνδυνους εἶναι ἡ αὐτοεξύψωση, ἢ ὁποῖα ὄχι σπάνια βρίσκει τόπο στὴν καρδιά ἑνὸς ἀνθρώπου ἐξαιτίας τῆς ὑπερβολικῆς προσοχῆς του στὴν ἐξωτερικὴ, τυπικὴ πλευρὰ τῆς νηστείας καὶ σὲ μιὰ ἐπιδεικτικὴ ἐξωτερικὴ θρησκευτικότητά. Γιὰ τὸν κίνδυνο ἀπὸ μιὰ τέτοιου εἴδους νηστεία γράφει ὁ ὁσῖος ἀββᾶς Δωρόθεος: «Καὶ ἂν ἀσκεῖται κανεὶς ἀπὸ κενοδοξία ἢ πιστεύοντας ὅτι αὐτὸ ποὺ κάνει εἶναι ἀρετὴ, αὐτὸς δὲν ἀσκεῖται μὲ ἐπίγνωση. Γι' αὐτὸ λοιπὸν ἀρχίζει νὰ ἐξουθενῶναι τὸν ἀδελφὸ του, πιστεύοντας γιὰ τὸν ἑαυτὸν του ὅτι εἶναι κάτι σπουδαῖο καὶ ἔτσι βρίσκεται στὴν κατάστασι ἐκείνου ποὺ ὄχι μόνον βάζει ἕνα λιθάρι καὶ χαλάει δύο, ἀλλὰ κινδυνεύει νὰ γκρεμίσει καὶ ὀλόκληρο τὸν τοῖχο, κατακρίνοντας τὸν πλησίον» (ΙΔ΄ Διδασκαλία τοῦ ὁσίου ἀββᾶ Δωροθέου «Γιὰ τὸ κτίσιμο καὶ τὸ ἀρμολόγημα τῶν ἀρετῶν τῆς ψυχῆς»)1<sup>1</sup>.

Συνέπεια μιᾶς τέτοιας ὑπερβολικῆς νηστείας, ἢ ὁποῖα εἶναι ἀναμεμειγμένη μὲ ὑπερηφάνεια, εἶναι τὸ νὰ γίνεται κανεὶς εὐκόλα εὐερέθιστος, δηκτικὸς καὶ νὰ χάνει τὸ φρόνημα τῆς εἰρήνης. Σὲ τελικὴ ἀνάλυσι ἕνας τέτοιος ἄνθρωπος ὄχι μόνον δὲν πλησιάζει τὸν πνευματικὸ σκοπὸ τῆς νηστείας, ἀλλὰ ἀπομακρύνεται πολὺ ἀπ' αὐτόν.

Ἄμεση ἀναφορὰ στὴν πνευματικὴ ζημίᾳ ἀπὸ μιὰ τέτοια ὑποκριτικὴ νηστεία βρίσκουμε στὸ ἴδιο τὸ Εὐαγγέλιο: «Ὅταν νηστεύετε, νὰ μὴ γίνεστε σκυθρωποί, ὅπως οἱ ὑποκριτές, ποὺ παραμορφώνουν τὴν ὄψη τους γιὰ νὰ δείξουν στοὺς ἀνθρώπους πῶς νηστεύουν. Σᾶς βεβαιῶνῶ πῶς ἔτσι ἔχουν κιόλας λάβει τὴν ἀνταμοιβή τους. Ἐσύ, ἀντίθετα, ὅταν νηστεύεις, περιποιήσου τὰ μαλλιά σου καὶ νύψε τὸ πρόσωπό σου, γιὰ νὰ μὴ φανεῖ στοὺς ἀνθρώπους ἡ νηστεία σου, ἀλλὰ στὸν Πατέρα σου, ποὺ βλέπει τίς κρυφές πράξεις· καὶ ὁ Πατέρας σου, ποὺ βλέπει τίς κρυφές πράξεις, θὰ σοῦ

---

<sup>1</sup>. Ἡ ἀπόδοσι σταῖ νέα ἑλληνικά ἀπὸ τὸν τόμο: Ἀββᾶ Δωροθέου, Ἔργα Ἀσκητικά, ἐκδ. «ΕΤΟΙΜΑΣΙΑ» Ἱερᾶς Μονῆς Τιμίου Προδρόμου, Καρέας 1991.

τὸ ἀνταποδώσει φανερά» (Μτθ. 6,16-18), λέγει ὁ Κύριός μας Ἰησοῦς Χριστός.

Μόνο ἓνας λογικὸς συνδυασμὸς τῆς σωματικῆς ἐγκράτειας καὶ τῆς πνευματικῆς ἐργασίας, τῆς ἐξωτερικῆς καὶ τῆς ἐσωτερικῆς ἐκπληρώσεως τοῦ σκοποῦ τῆς νηστείας, εἶναι ἰκανὸς νὰ καθαρίσει τὴν καρδιά μας καὶ νὰ μᾶς ὀδηγήσει σὲ μετάνοια. Τότε μόνο μπορούμε ν' ἀναστηθοῦμε σὲ μιὰ νέα ζωὴ «σύμφωνα μὲ τὶς ἐντολὲς τοῦ Πνεύματος» (Ρωμ. 8,9) καὶ νὰ ἀναφωνήσουμε μὲ τὸν ψαλμωδὸ Δαβίδ: «Κύριε, μοῦ ἴδωσες πίσω τὴ ζωὴ ...καὶ στὴ ζωὴ μὲ κράτησες» (Ψαλμ. 29,4).

Ζοῦμε πλέον σὲ δύσκολους καιροὺς. Καθημερινὰ παλεύει ὁ κόσμος μὲ νέες προκλήσεις. Καὶ καθημερινὰ μᾶς προσφέρονται συνταγές, τί πρέπει νὰ κάνουμε γιὰ νὰ ἀλλάξουμε τὸν κόσμο πρὸς τὸ καλύτερο. Ὡς Χριστιανοί, ὅμως, ὀφείλουμε νὰ καταλάβουμε ὅτι κάθε ἀλλαγὴ πρὸς τὸ καλύτερο ξεκινᾷ μὲ τὴν ἀλλαγὴ τοῦ ἑαυτοῦ μας. Ὅταν ἐμεῖς - ὁ καθένας μας στὸν τόπο, ὅπου μᾶς ἔταξε ὁ Θεός - ἀρχίζουμε νὰ ἀλλάζουμε τοὺς ἑαυτοὺς μας, τότε ἀλλάζει καὶ ὁ κόσμος γύρω μας. Ἔχουμε τὴν δυνατότητα νὰ τὸ πράξουμε αὐτό, ἀρκεῖ νὰ τὸ καταλαβαίνουμε καὶ νὰ προσπαθοῦμε, στὸν χρόνο ποὺ μᾶς ὑπολείπεται μέχρι τὸ τέλος τῆς νηστείας, νὰ κινούμαστε πρὸς τὴν ἔμπρακτη μετάνοια καὶ νὰ ἐπιτυγχάνουμε τέτοιες ἀλλαγές ἐντός μας, ποὺ νὰ κάνουν τὸν κόσμο μας ἀγνότερο καὶ καλύτερο καὶ νὰ μᾶς φέρνουν κοντὰ στὸν Χριστό, στὸν Ὅποιο ἀνήκει ἡ δόξα καὶ τώρα καὶ γιὰ πάντα. Ἀμήν. (Β' Πέτρ. 3,18).

**+ Μητροπολίτης Γερμανίας Αὐγουστῖνος,  
Ἐξαρχὸς Κεντρῶας Εὐρώπης  
Πρόεδρος  
καὶ τὰ λοιπὰ μέλη  
τῆς Ὁρθοδόξου Ἐπισκοπικῆς Συνελεύσεως Γερμανίας**

Κυριακὴ τῆς Ὁρθοδοξίας 2017