

## Η Μετάνοια κατά τον Άγιον Γρηγόριον τον Παλαμάν

Ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς είναι, όπως γνωρίζουμε όλοι, ένας μεγάλος φωστήρ της Ορθοδόξου Εκκλησίας, ο οποίος επέτυχε με την όλην θεολογίαν του, πού είναι καρπός της εν Χριστώ βιοτής του, να αναβιώση στην εποχήν του η Ορθόδοξος θεολογία εις όλον το βάθος της. Λέγεται εις το Άγιον Όρος ότι η θεολογία του Αγίου Γρηγορίου του Παλαμά εκάλυψε όλα τα κενά και του παρελθόντος και του μέλλοντος. Ο Αγιορείτης Άγιος αρχίζει την αθωνική βιοτή του από την μονή της μετανοίας μας, την Μεγίστην Μονή του Βατοπαιδίου, διδασχθείς την νοερά εργασία και ασκητική ζωή από τον Βατοπαιδινό Άγιο Νικόδημο τον Ησυχαστή. Πεφωτισμένος ο Άγιος Γρηγόριος από τις άκτιστες ενέργειες του Αγίου Πνεύματος, απέκτησε πνευματική σοφία και έγινε τέλειος διδάσκαλος των αρετών και της κατά Θεόν ζωής.

Ακολουθώντας την γνησίαν πατερική παράδοσι δεν αποδέχτηκε την ηθικιστική θεώρησι της πνευματικής ζωής, πού προσπάθησαν μερικοί να φέρουν από την Δύσι και να προβάλουν στον χώρο των Ορθοδόξων. Σε ολόκληρη την πατερική παράδοσι τονίζεται ότι η μετάνοια δεν εξαντλείται σε ορισμένες αντικειμενικές βελτιώσεις της συμπεριφοράς ούτε σε τύπους και σχήματα εξωτερικά, αλλά αναφέρεται σε μια βαθύτερη και καθολικότερη αλλαγή του ανθρώπου. Δεν είναι μία παροδική συντριβή από την συναίσθησι διαπράξεως κάποιας αμαρτίας, αλλά μία μόνιμη πνευματική κατάστασι, πού σημαίνει σταθερή κατεύθυνσι του ανθρώπου προς τον Θεό, και συνεχή διάθεσι για ανόρθωσι, θεραπεία και ανάληψι του πνευματικού αγώνα. Μετάνοια είναι το νέο φρόνημα, η νέα σωστή πνευματική κατεύθυνσι, πού πρέπει να συνοδεύη τον άνθρωπο μέχρι την στιγμή του θανάτου. Μετάνοια είναι η δυναμική μετάβασι από την παρά φύσι κατάστασι των παθών και της αμαρτίας στην περιοχή της αρετής και του κατά φύσι, είναι η τελεία αποστροφή της αμαρτίας και η πορεία επιστροφής στον Θεό.

Την αλήθεια αυτή επισημαίνει κατ' επανάληψι ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς. «Μετάνοια, λέγει, εστί το μισήσαι την αμαρτίαν και αγαπήσαι την αρετήν και εκκλίνει από του κακού και ποιήσαι το αγαθόν». Από τον ορισμό αυτό φαίνεται σαφώς ότι ο Ιερός πατήρ δεν μπορεί να δη την μετάνοια ως τυπική και μηχανική αλλαγή, αφού την προσδιορίζει η οντολογική ανακαίνισι του ανθρώπου. Γι' αυτόν ακριβώς τον λόγο, το γεγονός της μετανοίας δεν είναι δυνατό να αντικειμενοποιήται στις διαστάσεις μιας απρόσωπης συνταγής η τακτικής, αλλά παραμένει πάντοτε ενδεχόμενο προσωπικής αποκαλύψεως. «Ο μετανοών άνθρωπος εκ ψυχής τη μεν αγαθή προθέσει και τω της αμαρτίας εκστήναι φθάνει προς τον Θεόν» (Ομιλία 3η P.G. 151, 44B). Αυτός ο προσωπικός χαρακτήρας της μετανοίας αποκλείει για τον Παλαμά και γενικώς για Όλους τους Αγίους Πατέρες κάθε ευσεβιστική χροιά, πού θέλησε να δώση στην μετάνοια, και κατά συνέπεια, στην όλη πνευματική ζωή, η Δύσι. «Ου γαρ εν ρήμασιν ημών, αλλ' εν πράγμασιν η ευσέβεια», τονίζει ο ιερός Ησυχαστής (Προς Φιλόθεον 6, Συγγράμματα Β', σελ. 521). Αλλά αφού η μετάνοια είναι αρχή και τέλος της κατά Χριστόν πολιτείας, και αφού είναι σκοπός αυτής της ζωής, είναι επόμενο όλα να θεωρούνται από αυτήν και να παίρνουν αξία η απαξία σε σχέσι με αυτήν. Και αυτή ακόμη «η πίστις ωφελεί, εάν κατά συνείδησιν πολιτεύηται τις και ανακαθαίρει εαυτόν δι' εξομολογήσεως και μετανοίας» (Ομιλία 30, P.G. 151, 185A). Αυτό άλλωστε δίνεται ως υπόσχεσι και συμφωνία κατά την στιγμή του Αγίου Βαπτίσματος.

Ένα βασικό στάδιο, πού προηγείται από την μετάνοια, είναι η επίγνωσι και η συναίσθησι των αμαρτημάτων, «ήτις μεγάλη εστίν προς ιλασμόν αφορμή» αναφέρει ο Άγιος Αρχιεπίσκοπος Θεσσαλονίκης (Ομιλία 28, P.G. 151, 361C). Ο άνθρωπος,

κατά τον Παλαμάν, για να έλθη σε μετάνοια, φθάνει προηγουμένως σε επίγνωσι «τών οικείων πλημμελημάτων» και μεταμελείται μπροστά στο Θεό, στον οποίον καταφεύγει «έν συντετριμμένη καρδία». Αφήνει τον εαυτό του στο πέλαγος της ευσπλαχνίας Εκείνου και πιστεύει, όπως ο άσωτος, ότι είναι ανάξιος να ελεηθή από τον Θεό και να ονομάζεται υιός του. Και όταν με την επίγνωσι και την συναίσθησι της αμαρτωλότητος έλκυση επάνω του το έλεος του Θεού, παίρνει τελείαν την άφεσιν με την αυτομεμψία και την εξομολόγησι.

Θέλοντας ο Θεόσοφος Πατήρ να προσδιορίση όλα τα στάδια της μετανοίας, λέγει χαρακτηριστικά τα έξης: «Τη γαρ επιγνώσει των οικείων αμαρτημάτων έπεται η οικεία κατάγνωσις· ταύτη δε η επί τοις αμαρτήμασι λύπη, ην ο Παύλος κατά Θεόν προσηγόρευσε. Τη δε κατά Θεόν λύπη ταύτη πέφυκεν ακολουθείν η μετά συντετριμμένης καρδίας προς τον Θεόν εξαγόρευσις τε και δέησις, και η υπόσχεσις της εις το έξης των κακών αποχής και τουτό έστιν η μετάνοια».

Η μετάνοια ως νέα κατάστασις στη ζωή του ανθρώπου, συνοδεύεται από ορισμένες συνέπειες πού η βιβλική και πατερική γλώσσα τις ονομάζει «καρπούς μετανοίας». Ως πρώτον καρπόν μετανοίας ο ιερός πατήρ προβάλλει την εξομολόγησι, αφού με αυτή κερδίζεται η θεραπεία και η κάθαρσι της ψυχής του πιστού και εγκαινιάζεται η καινούργια ζωή: «Η των αμαρτιών ουν εξομολόγησις αρχή εστι της καλλιέργειας ταύτης, ταυτόν ο' ειπείν της μετανοίας και της ετοιμασίας του δέξασθαι τινα εν εαυτώ τον σωτήριον σπόρον, τον λόγον του Θεού» (Σοφοκλέους Οικονόμου, Ομιλία ΝΣΤ', σελ. 201-202). Η εξομολόγησι όμως δεν είναι ο μόνος καρπός της μετανοίας. Ο Άγιος Ιωάννης ο Πρόδρομος καλώντας με το κήρυγμα του τους ανθρώπους σε μετάνοια, εκτός από την εξομολόγησι τους παρακινούσε σε ελεημοσύνη, δικαιοσύνη, μετριοφροσύνη, αγάπη και αλήθεια, πού είναι γνωρίσματα της ανακαινιστικής δυνάμεως της αληθείας.

Ο Ιερός Αγιορείτης Ιεράρχης εις την 23η ομιλία του τονίζει ότι «η μετάνοια, είτε αληθώς εκ καρδίας εστιν, αναπειθεί τον κεκτημένον μηκέτι προσκεχηκέναι τοις φθειρομένοις, μηκέτι προσκεχηκέναι ταις ου καλαίς ηδοναίς, αλλά καταφρονείν των παρόντων, αντέχεσθαι των μελλόντων, αγωνίζεσθαι κατά παθών, αντιποιείσθαι των αρετών, εγκρατεύεσθαι πάντα, επαγρυπνείν ταις προς Θεόν δεήσεσιν, απέχεσθαι του εξ αδικίας κέρδους, ίλεων είναι τοις αυτώ πταίοισι, τοις ικετεύουσιν ευμενή, τοις δεομένοις της παρ' αυτου βοηθείας, οισ έχει λόγους έργοις, αναλώμασιν ετοιμότατον» (Ομιλία 23, P.G. 151,364 BC). Δηλαδή ο άνθρωπος πού ζη αληθινά την μετάνοια δεν ξαναγυρίζει στις πρώτες αμαρτίες, ούτε προσκολλάται σε πρόσωπα και πράγματα της φθοράς, ούτε προσχωρεί στις αμφίβολες ηδονές, αλλά καταφρονεί τα παρόντα, προσβλέπει στα μέλλοντα, αγωνίζεται κατά των παθών, επιδιώκει τις αρετές, άγρυπνε! στην προσευχή, απέχει από άδικα κέρδη, είναι επιεικής σε όσους πταίουν εναντίον του, εύσπλαχνος σε αυτούς πού τον προκαλούν και έτοιμος να βοηθήση με λόγους, με έργα και με θυσίες ακόμη αυτούς πού έχουν την ανάγκη του. Και όταν προτρέπη ο οσιώτατος πατήρ τους χριστιανούς να αποκτήσουν έργα μετανοίας, υπογραμμίζει κυρίως το ταπεινό φρόνημα, την κατάνυξι και το πνευματικό πένθος. Ανακεφαλαιώνοντας όλα τα γνωρίσματα του χριστιανού εκείνου πού ζη την μετάνοια, λέει ότι είναι γαλήνιος και ήρεμος, γεμάτος έλεος και συμπάθεια προς τους άλλους, ποθεί την δικαιοσύνη, επιζητεί την καθαρότητα, έχει ειρήνη αλλά και φέρνει την ειρήνη, υπομένει καρτερικά τους πόνους και τις ταλαιπωρίες και νιώθει χαρά και ευχαρίστησι στους διωγμούς, τις ύβρεις, τις συκοφαντίες, τις απώλειες και όσα άλλα πάσχει για την αλήθεια και την δικαιοσύνη (Ομιλία 31, P.G. 151, 392C, Φυσικά Θεολογικά).

Η πορεία της ανορθώσεως με την μετάνοια, της απομακρύνσεως από την δουλεία των παθών και της ασκήσεως για την εργασία των θείων εντολών είναι

πορεία των αγίων και θεουμένων υπάρξεων. Και από αυτήν την αλήθεια ξεκινώντας ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς τονίζει τα εξής: «Εάν κάθε χριστιανός δεν ημπορεί να φθάση τους Αγίους και τα μεγάλα και θαυμαστά επιτεύγματα πού χαρακτηρίζουν την ζωή τους και είναι εξ ολοκλήρου αμίμητα, μπορεί όμως και πρέπει να μοιάση και να τους ακολουθήση στην πορεία της ζωής τους προς την μετάνοια. Και αυτό, γιατί καθημερινά «πολλά πταίομεν άκοντες» και μοναδική ελπίδα σωτηρίας για όλους μας παραμένει η ανάνηψι και η βίωσι, κατά τον Άγιον Γρηγόριον, της «διηνεκούς μετανοίας» (Ομιλία 28, RG. 151.361C).

### **Το πένθος ως ασκητική προϋπόθεση**

Βασική προϋπόθεσι εξόδου από τα δεσμά των παθών, αλλά και ταυτοχρόνως αρχή και πηγή μετανοίας είναι το κατά Θεόν πένθος. Ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς μέσα στα κείμενα του πολύ συχνά αναφέρεται στο κατά Θεόν πένθος και στην οδυνηρή αλλά και ευφρόσυνη κατάσταση, από την όποια χρειάζεται να περάση ο χριστιανός, πού επιθυμεί να ζήση την αληθινή ζωή. Γι' αυτό και δεν διστάζει να χαρακτηρίση την περίοδο της Μεγάλης Τεσσαρακοστής ως κατ' εξοχήν περίοδο πένθους και αγώνα πνευματικού, ως σύμβουλο του παρόντος αιώνας και ως προϋπόθεσι αναστάσεως για την ζωή του κάθε πιστού.

Ο Άγιος Παλαμάς πού βιώνοντας το κατά Θεόν πένθος άφηνε τους εκ βάθους στεναγμούς «φώτισαν μου το σκότος», πολύ δικαιολογημένα δεν μπορεί να δη το πέραςμα του άνθρωπου από τη ζωή της αμαρτίας στην «όντως ζωή» χωρίς το πένθος και την μετάνοια. Όταν ο νους, λείει, απελευθερωμένος από κάθε αισθητό πράγμα, ανεβή πάνω από τον κατακλυσμό της τύρβης για τα γήινα πράγματα και μπορέσει να δη τον έσω άνθρωπο, αφού συνειδητοποίηση κατά την δική του έκφρασι «το ειδεχθές προσωπίον», πού απέκτησε η ψυχή από την περιπλάνησί της στα γήινα, τότε σπεύδει να αποπλύνη τον ρύπο της με δάκρυα πένθους (Λόγος εις Πέτρον Αθωνίτην, P.G. 150). Όσο απομακρύνεται ο άνθρωπος από τις βιοτικές μέριμνες και επιστρέφει στον εαυτό του, τόσο περισσότερο γίνεται δεκτικός του θείου ελέους. Ο Χριστός μας εμακάρισε αυτούς πού πενθούν για τις αμαρτίες τους και για την απώλεια της σωτηρίας τους πού έ'χει ως αιτία την αμαρτία. Αυτός άλλωστε είναι ο λόγος για τον οποίον το πένθος αυτό ονομάζεται μακάριο.

Το πένθος, ενώ αποτελεί σύμφωνα με την πατερική και ασκητική παράδοσι, καρπό του Θεού, προϋποθέτει όμως και την συνεργία του ανθρώπου, πού χρειάζεται την ταπείνωσι, την αυτομεμψία, την κακοπάθεια, την νηστεία, την αγρυπνία, και κυρίως την προσευχή. Και αυτή η αμέλεια του ανθρώπου, στο να εργάζεται τις αρετές και να αγωνίζεται να επιτύχη το κατά Θεόν πένθος, ενισχύεται από την εμπειρία του ησυχασμού, πού μαρτυρεί ότι το πένθος αυτό δεν προξενεί νοσηρότητα και απελπισία, αλλά δημιουργεί στον άνθρωπο τις προϋποθέσεις για να νιώση πνευματική θυμηδία, παράκλησι και κατά τον Παλαμά «παροχή γλυκείας ιλαρότητος» (Προς Ξένην, P.G. 150). Και όταν βοηθήση τον νου να σηκώση το κάλυμμα των παθών, τον εισάγει αθόρυβα στα αληθινά ταμεία της ψυχής και τον εθίζει στην «εν κρύπτω» προς τον Πατέρα προσευχή.

Υπάρχουν πολλές αιτίες για τις όποιες πρέπει να πενή ο πιστός. Όπως οι μαθηταί του Κυρίου ελυπόунτο για την στέρησι του «όντως αγαθού διδασκάλου Χριστού», έτσι και σε μας πού δοκιμάζομε την ίδια στέρησι και απουσία του Χριστού από την ζωή μας, πρέπει να ενυπάρχη και να καλλιεργήται η ίδια λύπη (Ομιλία 29, P.G. 151). Υπάρχει όμως και άλλη αιτία για πένθος· είναι η έκπτωσι από τον χώρο της αληθείας του παραδείσου, στον χώρο του πόνου και των παθών. Είναι τόση η οδύνη αυτής της πτώσεως, διότι κρύβει όλο το δράμα της απομακρύνσεως από τον

Θεό, την στέρησι της «πρόσωπον προς πρόσωπον» συνομιλίας με εκείνο, της αϊδίου ζωής και συνδοξολογίας με τους αγγέλους. Ποιος είναι αυτός πού έχει συνειδητοποιήσει την στέρησι όλων αυτών και δεν πενθεί; ερωτά ο Ιερός πατήρ. Και προτρέπει όλους τους πιστούς πού ζουν εν «ειδήσει της τοιαύτης στερήσεως» να πενήθουν και να αποπλύνουν με το κατά Θεόν πένθος «τους εξ αμαρτίας μολυσμούς» (Ομιλία 29, P.G. 151). Η προτροπή αυτή του Αγίου Γρηγορίου είναι απολύτως εναρμονισμένη με την προτροπή και το βίωμα της εκκλησίας, πού με την υμνολογία της Κυριακής της Τυροφάγου καλεί τους χριστιανούς την παραμονή της Μεγάλης Τεσσαρακοστής να θυμηθούν την απομάκρυνσι από τον χαμένο παράδεισο και να πενήθουν για την απώλεια αυτή.

Το πένθος είναι κατά τον ασκητικώτατον της Θεσσαλονίκης Ιεράρχην η πιο φυσική και αυθόρμητη εκδήλωσι της τραυματισμένης από την αμαρτία ψυχής, πού έρχεται σε μετάνοια. Ο Άγιος χρησιμοποιεί μία θαυμάσια παρομοίωσι για να κατάδειξη ότι τα τραύματα του ανθρώπου είναι εκείνα πού προκαλούν τον πόνο και όχι αυτό καθεαυτό το γεγονός της μετανοίας πού μόνο χαρά και παράκλησι δίνει στην ψυχή. Όπως σε κάποιον, λέει, πού είναι τραυματισμένη η γλώσσα του, φαίνεται δηκτικό το μέλι και για να νιώση την γλυκύτητα του χρειάζεται να θεραπευθούν τα τραύματα, το ίδιο συμβαίνει και με τον φόβο του Θεού- στις ψυχές πού γεννιέται μόλις νιώσουν το ευαγγελικό κήρυγμα, προξενεί λύπη, επειδή περιβάλλονται ακόμη από τα τραύματα των αμαρτιών μόλις όμως τα αποβάλουν με την μετάνοια, νιώθουν την ευαγγελική χαρά (Ομιλία 29, P.G. 151, 369B). Γι' αυτό άλλωστε και το κατά Θεόν πένθος ονομάζεται και «χαροποιό».

Εμβασύνοντας ο Παλαμάς στον δεύτερο κυριακό μακαρισμό, πού αναφέρεται στο πένθος, αιτιολογεί το ότι ο Χριστός τοποθετεί τον μακαρισμό αυτόν ακριβώς μετά από εκείνο της πνευματικής πτώχειας, από το γεγονός ότι το πένθος συνυπάρχει με την πνευματική πτωχεία. Χαρακτηριστικό γνώρισμα του ανθρώπου πού πενθεί κατά Θεόν είναι η άρνησι να μετάθεσι η να επιρρίψη σε άλλους την οποιαδήποτε ευθύνη για τις αμαρτίες του. Είναι βασική αρχή πού προβάλλει ο Παλαμάς, όταν μιλά για το κατά Θεόν πένθος, το να τύπτωμε τον ίδιο τον εαυτό μας για τις αμαρτίες μας και να αποφεύγωμε την μετάθεσι της ευθύνης στους άλλους (Ομιλία 29, P.G. 151,369C). Αύτη άλλωστε η μετάθεσι της ευθύνης για την αθέτησι της εντολής του Θεού από τον Αδάμ και την Εύα εστέρησε από αυτούς το σωτήριο πένθος της μετανοίας (Γεν. 3,12-13). Διότι αφού ο άνθρωπος επλάσθηκε από τον Θεό αυτεξούσιος και έλαβε κατά τον Παλαμά «αυτοκρατορικών αξίωμα κατά των παθών ένδον το ηγεμονικόν της ψυχής» και «ουκ έχει όλως τον κατακρατούντα και βιαζόμενον» (Ομιλία 29, P.G.151, 369C), με την αυτομεμψίαν και την κατά Θεόν λύπην θα μπορούσε να είχε κερδίσει αυτό πού έχασε με την άρνησι αναλήψεως της ευθύνης για το αμάρτημα του. Γι' αυτόν τον λόγο ο θείος Γρηγόριος, προσπαθώντας να δώση ένα ορισμόν του πένθους λέει «τούτο τοίνυν εστίν η κατά Θεόν και σωτήριος λύπη, το ημάς αυτούς αιτιάσθαι, και μηδένα των απάντων έτερον, εφ' οίς αυτοί πράττομεν πλημμελώς, και λυπείσθαι καθ' εαυτών και δι' εξομολογήσεως των ημών ημαρτημένων και της επί τούτοις λυπηράς κατανύξεως τον Θεόν εξιλάσκεσθαι» (Ομιλία 29, P.G. 151, 369C).

Η αυτομεμψία είναι κατάστασι αναπόσπαστη για την ψυχή, στην οποία υπάρχει ταπείνωσι. Αρχικά την οδηγεί στον φόβο της κολάσεως. Φέρει στην φαντασία τις φρικτές τιμωρίες, όπως ο Κύριος τις περιγράφει στο Ευαγγέλιο, πού γίνονται φρικωδέστερες από την αιώνια διάστασι πού αποκτούν. Έτσι, ο άνθρωπος πού πενθεί εδώ τις αμαρτίες του και μέμφεται γι' αυτές τον εαυτόν του, αποφεύγει το ανωφελές, απαράκλητο και χωρίς τέλος πένθος, το όποιο γεννάται σε όσους τιμωρημένους έρχονται σε επίγνωσι των αμαρτιών τους. Εκεί, χωρίς καμμία ελπίδα

απαλλαγής και σωτηρίας, αυξάνεται η οδύνη του πένθους από τον αθέλητο έλεγχο της συνειδήσεως. Και αυτό το μόνιμο και διαρκές πένθος, επειδή δεν γνωρίζει τέλος, γίνεται αιτία άλλου πένθους και φοβερού σκότους και καύσωνα χωρίς δροσισμό, πού οδηγεί σε ανέκφραστο βυθό αθυμίας (Προς Ξένην, P.G. 150,1076D-1077A). Σε αντίθεσι με τον Αδάμ και την Εύα αναφέρει ο Παλαμάς τον Λάμεχ ως παράδειγμα ανθρώπου, πού ήλθε σε αυτομεμψία και κατάνυξι για τις αμαρτίες του (Ομιλία 29, P.G. 151, 369D).

Ιδιαίτερος δε πρέπει να τονισθή ότι η άσκησι μέσα στην ορθόδοξη χριστιανική παράδοσι είναι απόλυτα συνυφασμένη με το πένθος. Την οδύνη της πτώσεως και την χαρά της αναστάσεως τις ζη ο μοναχός με το χαροποιόν πένθος. Με την σωματική πτώχεια και ταπεινώσι, πού είναι η πείνα, η δίψα, η κακουχία και η κακοπάθεια του σώματος, μέσα με τα οποία έλλογα συστέλλονται οι αισθήσεις του σώματος, όχι μόνο γεννιέται το πένθος αλλά αναβλύζουν και δάκρυα. Ο Άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς δίδει σαφή εξήγησι γι' αυτή την πνευματική κατάστασι στην επιστολή του προς την μοναχή Ξένη. Όπως, λέγει, από την σωματική άνεση, την ανάπαυσι και την τρυφή, γεννώνται η αναλγησία, η πόρωσι και η σκληροκαρδία, έτσι από την ανήδονη, την λιτή και με εγκράτεια λαμβανόμενη τροφή, προκαλούνται η συντριβή της καρδιάς και η κατάνυξι. Με αυτά αποτρέπονται οι ενέργειες της κακίας και παρέχεται στην ψυχή άφατη και γλυκύτατη ιλαρότητα. Χωρίς την συντριβή της καρδιάς είναι αδύνατο να απαλλαγή κανείς από τα πάθη. Η δε καρδιά δεν έρχεται σε συντριβή παρά μόνο με την εγκράτεια του ύπνου, της τροφής και των σωματικών ανέσεων. Όταν με την συντριβή απαλλαγή η ψυχή από τα πάθη και την πικρότητα της αμαρτίας, τότε δέχεται την πνευματική θυμηδία (Προς Ξένην, P.G. 151,1076BC). Αυτή άλλωστε είναι και η παράκλησι για την οποία ο Κύριος μακαρίζει τους πενθούντας. Έτσι μόνο εξηγείται το ότι η μεταβολή της λύπης σε χαρά, για την οποία μίλησε ο Χριστός στους μαθητές του, γίνεται βίωμα από το οποίο ο μοναχός αποκτά καθημερινή εμπειρία. Το πένθος γίνεται χαροποιό και μακάριο, διότι κυρίως καρποφορεί μέσα στον άνθρωπο τον αρραβώνα της αιωνίας χαράς.

Η αυτομεμψία και η συναίσθησι της αμαρτωλότητος είναι οι καταστάσεις πού προετοιμάζουν στην ψυχή το πένθος. Για πολύ καιρό, λέγει ο ιερός πατήρ, σαν ένα νοητό βάρος πάνω από το λογιστικό μέρος της ψυχής, το πιέζουν και το συνθλίβουν κατά τέτοιο τρόπο ώστε να αποστάξη ο σωτήριος οίνος πού «ευφραίνει καρδιάν ανθρώπου». Ο οίνος αυτός είναι η κατάνυξι, η οποία χάρι στο πένθος, μαζί με το ενεργητικό μέρος της ψυχής συνθλίβει και το παθητικό- και αφού την απαλλάξη από το σκοτεινό βάρος των παθών, την γεμίζει με την μακάρια χαρά (Προς Ξένην, P.G. 150, 1077B). Όσο οδυνηρό όμως είναι το πένθος στα πρώτα του στάδια, διότι συνυπάρχει με τον φόβο του Θεού, τόσο αργότερα με την πάροδο του χρόνου και την πνευματική προκοπή της ψυχής γίνεται χαροποιό, διότι βλέπει κανείς αληθινά μακάριους και γλυκούς καρπούς. Όσο χρονίζει το πένθος στην ψυχή, τόσο η αγάπη για τον Θεό αυξάνεται και με ακατάληπτο τρόπο ενώνεται μαζί της. Όταν δε η ψυχή βιώνει βαθιά το πένθος, γεύεται την παρηγοριά της χρηστότητος του Παρακλήτου. Αυτή είναι για την ψυχή τόσο ιερά, γλυκιά και μυστική εμπειρία, ώστε εκείνοι πού δεν απόκτησαν προσωπική γεύσι από αυτή, να μη την υποψιάζονται καθόλου (Προς Ξένην, P.G. 150, 1077B).

Μία θεμελιακή άποψη στην θεολογία του πένθους είναι ότι δεν συμμετέχει σ' αυτό μόνο η ψυχή, αλλά και το σώμα. Και η «παράκλησις» για την οποία εμακάρισε ο Κύριος τους πενθούντας, είναι καρπός, τον όποιον δέχεται όχι μόνον η ψυχή, αλλά όπως τονίζει ο Παλαμάς «και το σώμα μεταλαμβάνει πολυτρόπως» (Υπέρ ησυχάζόντων 1, 3, 33). Εναργέστατη απόδειξι γι' αυτήν την πραγματικότητα αναφέρει «το κατώδυνον εφ' αμαρτήμασι πενθούσι δάκρυον» (Υπέρ ησυχάζόντων).

Καρπός ακόμη του κατά Θεόν πένθους, είναι και η σταθεροποίησι του ανθρώπου στην αρετή, μια και, όπως λέγει ο Απόστολος Παύλος, «η κατά Θεόν λύπη μετάνοιαν άμεταμέλητον απεργάζεται εις την ψυχήν προς σωτηρίαν» (Β' Κορ. 7.10), διότι κατά τον Παλαμά μπορεί ο άνθρωπος να πτώχευση κατά Θεόν και να ταπεινωθή πνευματικά, αν όμως δεν προσλάβη και το πένθος, εύκολα μεταβάλλεται η διάθεσί του- μπορεί να ξαναγυρίσει στις άτοπες και αμαρτωλές πράξεις, πού άφησε, και να ξαναγίνη παραβάτης των εντολών του Θεού, αφού πάλι θα φούντωση μέσα του η επιθυμία και ο πόθος για την αμαρτωλή ζωή. Αν όμως παραμείνη στην πτώχεια, πού εμακάρισε ο Κύριος, και καλλιεργήση μέσα του το πνευματικό πένθος, τότε σταθεροποιείται και ασφαρίζεται στην πνευματική ζωή, διώχνοντας έ'τσι τον κίνδυνο να επιστρέψη εκεί, από όπου ξεκίνησε (Προς Ξένην, Ρ.Γ. 150, 1085C).

Η ωφέλεια όμως από το πένθος δεν περιορίζεται μόνο στο ότι ο άνθρωπος γίνεται σχεδόν ακίνητος προς το κακό, αλλά κατά τον Άγιον Γρηγόριον, εξαλείφει εντελώς και τις προηγούμενες αμαρτίες του, όταν βέβαια έχει ως κατάληξι το μυστήριο της μετανοίας. Διότι αφού ο άνθρωπος πενθεί κυρίως γί' αυτές, ο Θεός τις καταλογίζει ως ακούσιες· ο Άγιος χαρακτηριστικά λέγει ότι «τα ακούσια ουχ υπεύθυνα» (Προς Ξένην, Ρ.Γ. 150, 1085C). Έτσι το κατά Θεόν πένθος δεν εφελκεί μόνο την παράκλησι και την παρά Θεού συγχώρησι προσφέροντας τον αρραβώνα της αιωνίου ευφροσύνης, αλλά ταυτόχρονα προφυλάσσει τις αρετές πού έχει η ψυχή, αφού κατά τον Άγιον Γρηγόριον η ψυχή πού έμαθε να πενθή γίνεται δυσκίνητη προς το κακό (Προς Ξένην, Ρ.Γ. 150,1085D).

Τέλος ο αγιορείτης Ησυχαστής και των Θεσσαλονικέων Ιεράρχης, στην περί παθών και αρετών πραγματεία του, πού στη μεγαλύτερη της έκτασι είναι αφιερωμένη στο πένθος, χρησιμοποιεί ένα πολύ εκφραστικό παράδειγμα για να κατάδειξη την πορεία του ανθρώπου στο πένθος. Παρομοιάζει την αρχή του πένθους με την επιστροφή του άσωτου υιού· γί' αυτό και γεμίζει κατήφεια τον πενθούντα και τον οδηγεί στην επανάληψι των λόγων εκείνου: «πάτερ, ήμαρτον εις τον ουρανόν και ενώπιον σου». Αλλά και το τέλος του, πάλι, το εικονίζει με την προϋπόθεσι και το άνοιγμα της αγάλης του Θεού Πατρός «εν η τω πλούτω της ανεικάστου πτώχειας εντυχών, και πολλής χαράς και παρησίας δι' αυτήν ο υιός επιτυχών, εφιλείτο τε και αντεφίλει, και συνεισελθών, συνεστίατο τω Πατρί, της ουρανίου συναπολαύων ευφροσύνης» (Προς Ξένην, Ρ.Γ. 150, 1085C). Γι' αυτό και ο όρος «χαρμολύπη» πού χρησιμοποιούν συνήθως οι ασκητές για να εκφράσουν το βίωμα της εσχατολογικής υπερβάσεως του πόνου, είναι ίσως το πιο εκφραστικό σύμβολο ολόκληρης της ασκητικής ζωής τους, ζωής κυρίως δακρύων και πένθους (Βλέπε Γ. Μαντζαρίδου «Η περί θεώσεως διδασκαλία» στα Παλαμικά 1973, σελ. 215).

Σ' αυτήν την συνοπτική και μπορεί να πη κανείς πρόχειρη παρουσίασι των θέσεων του Παλαμά περί μετανοίας βλέπουμε ότι ο Άγιος Γρηγόριος ως κατ' εξοχήν άνθρωπος της εσωτερικής ζωής ενδιαφέρετο όχι απλώς να διορθώνουμε εξωτερικά τα κακώς κείμενα, αλλά να μετανοούμε εσωτερικά, πενθώντας και κλαίοντες. Ο Άγιος Γρηγόριος ήταν ο ίδιος άνθρωπος της μετανοίας, αλλά και αληθινός κήρυκας της μετανοίας.

Ευχόμεθα ταπεινώς, τώρα πού εγγίζει η αγία περίοδος της Μεγάλης Τεσσαρακοστής, της κατ' εξοχήν περιόδου της μετανοίας κατά τον Άγιον Γρηγόριον, να «προσπέσωμεν και να κλαύσωμεν εναντίον του Θεού ημών» για να γευθούμε την μακαριότητα της βασιλείας του. Μη λησμονούμε ότι η διόρθωσι του εαυτού μας αλλά και του κοινωνικού συνόλου αρχίζει και θεμελιώνεται στην προσωπική μετάνοια του κάθε ανθρώπου. Αυτό άλλωστε είναι το πνεύμα του αγιορείτικου μοναχισμού, όπως το τονίζει ο Άγιος Παλαμάς, «η διηνεκής μετάνοια». Αμήν.