

Ψυχική Άσθένεια καί Ύγεία

– Έσεῖς, λοιπόν, ἀρνεῖσθε τελείως τίς ἀπόψεις τῆς σύγχρονης ψυχολογίας; Εἶναι τελείως ἀκατάλληλες; Τό ἔρωτῶ αὐτό γιατί ἄκουσα ἀπό κάποιον ψυχολόγο ὅτι ἂν ζοῦσαν οἱ Πατέρες σήμερα θά χρησιμοποιοῦσαν ὅπωςδήποτε καί τίς ἀπόψεις τῆς συγχρόνου ψυχολογίας. Τί λέτε πάνω σ' αὐτό τό σημεῖο;

– Οἱ Πατέρες, ὅπως καί οἱ σύγχρονοι ἀσκητές, πού γνωρίζουν ἀπό τήν πείρα τους ὅλη τήν ἐσωτερική κατάσταση, τίς μεθοδεῖες τοῦ διαβόλου καί τίς ἐκδηλώσεις τοῦ παλαιοῦ ἀνθρώπου, ὅπως ἐπίσης καί τίς ἐνεργεῖες τῆς Χάριτος τοῦ Θεοῦ, δέν θεωροῦν τόσο σημαντικές τίς σύγχρονες ἀνακαλύψεις τῆς ψυχολογίας, γιατί γι' αὐτόν πού δέχεται τήν τελεία γνώση, ἡ μετριωτέρα γνώση φαίνεται πολύ μικρά. Ὡση διαφορά ὑπάρχει μεταξύ τῆς ψυχικῆς σοφίας καί τῆς θείας σοφίας, τόση διαφορά ὑπάρχει μεταξύ τῆς ἀνθρώπινης ψυχοθεραπείας καί τῆς ὀρθόδοξης ψυχοθεραπείας. Ἐνας ὁ ὁποῖος βιώνει τόν θεῖο ἔρωτα πού εἶναι τελείωση τῆς ἀγάπης ... πῶς θά δῆ τόν σαρκικό καί ἀκάθαρτο ἔρωτα πού εἶναι εἶδωλο καί ἔκπτωση τοῦ ἀληθινοῦ ἔρωτος;

Ἡ Ὄρθοδοξία ὡς θεραπευτική ἀγωγή

* * *

Πολλοί καταφέρονται ἐναντίον τοῦ κοινωνικοῦ συστήματος, νομίζουν πῶς τούς φταίει ἡ κοινωνία, ἡ οἰκογένεια, τό κακό πού ὑπάρχει κ.λ.π. καί καταφέρονται ἐναντίον αὐτοῦ. Ὅμως τό βασικό πρόβλημα, ἡ πραγματική ἀσθένεια εἶναι ὁ σκοτασμός τοῦ νοῦς. Ὄταν ὁ νοῦς μας φωτισθῆ, τότε δέν μᾶς ἐνοχλοῦν οἱ συνθηκες τοῦ περιβάλλοντος, δέν ἔχουμε ἄγχος καί ἀνασφάλεια.

Ἡ ἀσθένεια τῆς ψυχῆς

Σήμερα οί περισσότεροι άνθρωποι ζοῦμε στήν φυλακή τῶν αἰσθήσεων. Μᾶς ἔκλεισαν στήν φυλακή καί ὁμως μᾶς ἔδωσαν τό δικαίωμα νά στολίζουμε τήν φρικτή ἀτμόσφαιρα τῆς φυλακῆς. Καί μᾶς ἀρῆσει νά ζοῦμε καί νά πολιτευόμαστε μέσα στήν φυλακή. Γι' αὐτό καί ἀναπτύσσονται ἔντονα τά λεγόμενα ψυχολογικά προβλήματα, ἀκόμη δέ καί τά ἀγωνιώδη ὑπαρξιακά προβλήματα, τά ὅποια δέν μποροῦν νά λυθοῦν μέ λύσεις ἀνθρώπινες. Ἡ ἔξαρση τῆς φαντασίας, ἡ θεοποίηση τῆς λογικῆς, ἡ ἀχαλίνωτη ὀρμή τῶν αἰσθήσεων πρὸς τήν φύση, ἡ ἀνυπαρξία ἐσωτερικῆς ἡσυχίας μᾶς ἔχουν ἀρρωστήσει. Δέν μποροῦμε νά δοῦμε κατάματα τόν ἑαυτό μας. Τρομάζουμε στήν μόνωση καί τήν μοναξιά. Γι' αὐτό παρατηρεῖται τό φαινόμενο νά μήν μποροῦμε νά βρεθοῦμε καθόλου μόνοι μας. Μόλις μπαίνουμε στό αὐτοκίνητο, ἀμέσως ἀνοίγουμε τό ραδιόφωνο καί τό κασετόφωνο μέ τήν κατάλληλη μουσική γιά νά μᾶς κἀνη συντροφιά. Ὅταν μπαίνουμε στό σπίτι τό πρῶτο πού κἀνουμε εἶναι νά ἀνοίγουμε τήν τηλεόραση, ἄσχετα ἂν τήν παρακολουθῆ κανεῖς. Ἐχουμε γεμίσει τό μυαλό ἀπό λογισμούς, πού μᾶς ταράζουν καί δέν μᾶς ἀφήνουν νά σκεφθοῦμε ψύχραιμα. Ὅλα αὐτά καί ἄλλα πολλά εἶναι ἔνδειξη ἀνυπαρξίας ἐσωτερικῆς νοερᾶς ἡσυχίας. Μᾶλλον δέ εἶναι ἔνδειξη ὑπάρξεως ἑνός τρομεροῦ ἀντιησυχασμοῦ. Ἐνας ἀντιησυχαστικός λίβας πνέει στίς κοινωνίες ...

... Οἱ πολλές σκέψεις δημιουργοῦν ταραχή, ἐκδιώκουν τόν ὕπνο, διαταράσσουν τίς διαπροσωπικές σχέσεις, δημιουργοῦν ἀκόμη καί σωματικές ἀνωμαλίες. Πολλοί γιατροί δίνουν ἔντολή στους ἀσθενεῖς νά μήν σκέφτωνται πολύ καί νά μήν κολᾶη ὁ νοῦς σέ μερικές ἰδέες. Τό ξέρομε ἀπό τήν πείρα μας αὐτό. Ἄραγε, ὁμως, τί λέγουν οἱ Πατέρες γιά τά ἀποτελέσματα τῶν λογισμῶν;

... Νά μή δίνουμε τροφή στά πάθη. Ὅταν βλέπουμε τήν ὑπαρξη ἑνός πάθους, τότε προσπαθοῦμε ὅ,τι ἔχει σχέση μέ αὐτό

νά τοῦ τό στεροῦμε καί, ἔτσι, σιγά-σιγά μαραίνεται καί πεθαίνει. Οἱ Πατέρες λένε ὅτι, ἂν ἔχουμε ἓνα θηρίο μέσα στό κλουβί καί δέν τοῦ δίνουμε τροφή καθημερινῶς, τότε θά ἔλθῃ καιρός πού θά ἀρρωστήσῃ καί θά ψοφίσῃ. Τό ἴδιο κάνουμε καί μέ τά πάθη. Ἐπιδιώκουμε νά μὴν τοῦς δίνουμε τροφή, δηλαδή κόπτουμε τοῦς λογισμούς καί τά αἷτια πού τά προκαλοῦν.

Ἡ θεραπεία τῆς ψυχῆς