

Ἑπαρξιακή Ψυχολογία καί Ὁρθόδοξη Ψυχοθεραπεία

Διακατέχομαι ἀπό ἕνα ἰσχυρό φόβο, μήπως στήν προσπάθεια συναντήσεως Ὁρθοδοξίας καί Ψυχοθεραπείας ὁ ψυχίατρος ἢ ψυχαναλυτής προσλάβει μερικά στοιχεῖα τῆς Ὁρθοδόξου Παραδόσεως, τά ὁποῖα θά ἐντάξῃ μέσα στό ὅλο σύστημά του, γιά νά γεμίση μερικά κενά καί μέ αὐτόν τόν τρόπο ἢ νηπτική παράδοση νά εἶναι ἀπλῶς ὑπηρετής τῆς ψυχανάλυσης. Τό ὀρθό πρέπει νά εἶναι ἀκριβῶς τό ἀντίθετο. Δηλαδή, ὁ ὀρθόδοξος θεολόγος μπορεῖ νά προσλάβῃ στοιχεῖα ἀπό τήν σύγχρονη ψυχολογία καί μέ αὐτόν τόν τρόπο ἢ ψυχανάλυση νά θεωρηθῇ ὑπηρετής τοῦ ὀρθοδόξου πνευματικοῦ πατρός κατά τήν ἐξάσκησιν τῆς ἐργασίας του.

Γιά νά τό ἐκφράσω μέ ἕνα παράδειγμα θά μποροῦσα νά πῶ ὅτι ὁ πνευματικός πατέρας, τήν ὥρα τῆς ἐξομολογήσεως ἢ τήν ὥρα τῆς πνευματικῆς του ἐργασίας ἀπέναντι στόν ἄρρωστο καί ἁμαρτωλό ἄνθρωπο, πρέπει νά συμπεριφέρεται περισσότερο ὡς ἐκφραστής τῆς Ὁρθοδόξου Παραδόσεως ἢ ὡς λογοθεραπευτής, παρά ὡς ψυχαναλυτής.

Ἡ Ὁρθόδοξη Ψυχοθεραπεία. Γενικές παρατηρήσεις

* * *

Ὁ πόνος εἶναι ἕνα μεγάλο πρόβλημα πού συνδέεται ἀναπόσπαστα μέ τήν φθορά τῆς φύσεως καί εἶναι ἀποτέλεσμα τῆς προπατορικῆς ἁμαρτίας. Ἡ Ἐκκλησία δέν ἔχει σκοπό νά τόν ἀρνηθῇ, ἀλλά νά τόν ὑπερβῇ μέ τήν δύναμιν τοῦ Χριστοῦ. Στήν ἐκκλησιαστική ἐμπειρία βλέπουμε τήν εὐεργετική ἀξία τοῦ πόνου. Διά τῆς βιώσεως τοῦ πόνου ἀνοίγονται οἱ ὀρίζοντες τοῦ πνεύματος τοῦ ἀνθρώπου. Κάθε πόνος, κάθε δοκιμασία ἔχει τό ἰδιαίτερο νόημα καί σκοπό.

Ἐάν ἡ ἡδονή γέννησε τόν πόνον, τώρα πρέπει ὁ ἄνθρωπος μέ τήν ἐν Χριστῷ βίωσιν τοῦ πόνου νά ξεπεράσῃ τήν ἡδονή. Ἀλλά ἡ βίωσιν καί ὑπέρβασιν τοῦ πόνου ἐπιτυγχάνεται μέ τήν βίωσιν τῆς

πνευματικῆς ἡδονῆς, πού συνίσταται στήν ἀνάπτυξη τῶν ἐσωτερικῶν αἰσθήσεων ...

... Ὅταν κάνουμε λόγο γιά λογισμούς ἐννοοῦμε τίς σκέψεις πού συνδέονται μέ τίς εἰκόνες, οἱ ὁποῖες προέρχονται ἀπό τήν φαντασία καί τίς αἰσθήσεις. Ὁ ἀγώνας καί ἡ προσπάθεια ἔγκειται στό νά μή κατεβοῦν οἱ λογισμοί μέσα στήν καρδιά καί γίνουν ἐπιθυμία. Οἱ λογισμοί λέγονται ἔτσι γιατί πρέπει νά παραμένουν ἀπλοί λογισμοί, μέσα στόν χῶρο τῆς λογικῆς καί νά μή συνδέονται μέ τά πάθη. Ἔτσι, λοιπόν, ἡ ὄλη ἀσκητική κίνηση καί διάθεση εἶναι νά ἀποσυνδεθοῦν οἱ λογισμοί ἀπό τά πάθη, δηλαδή ἀπό σύνθετοι λογισμοί νά γίνουν ἀπλοί, καί ἀφοῦ βγοῦν ἀπό τήν καρδιά, νά παραμείνουν στήν λογική ...

... Οἱ Πατέρες τῆς Ἐκκλησίας ἀσχολήθηκαν ἐπισταμένως μέ τά καταστρεπτικά ἀποτελέσματα τῶν λογισμῶν, καί μάλιστα τῶν λεγομένων συνθέτων ἐμπαθῶν λογισμῶν. Εἶναι δυνατόν ὁ ἄνθρωπος μέ τήν ἐμμονή του σέ τέτοιους λογισμούς νά καταλήξῃ ἀκόμη καί στήν σχιζοφρένεια. Ἡ ἐλευθέρωση ἐπιτυγχάνεται μέ τήν προσευχή, τήν ἀπόρριψη καί περιφρόνηση τῶν κακῶν λογισμῶν, κυρίως μέ τούς θετικούς λογισμούς. Μέ αὐτόν τόν τρόπο, ἀκόμη καί σωματικές ἀνωμαλίες καί ἀσθένειες, πού εἶναι ἀποτελέσματα τῶν ἐνεργειῶν τῶν κακῶν λογισμῶν, θεραπεύονται.

Οἱ βασικές ἀρχές τῆς νηπτικῆς θεολογίας

* * *

Τελικά, δέν φαῖνε οἱ δυσκολίες καί ὁ πόνος, δέν ἔχουν τόση σημασία οἱ ψυχολογικές καταστάσεις καί οἱ κληρονομικές καταβολές, ἀλλά τό ὑπαρξιακό κενό, ἡ ἔλλειψη νοήματος ζωῆς. Ὅποτε, ἡ ἐσωτερική πνευματική πληρότητα δίνει νόημα ζωῆς καί βοηθᾷ στήν ὑπέρβαση ὅλων τῶν προβλημάτων. Σέ αὐτό κατατείνει ὅλη ἡ θεολογία τῆς Ὁρθοδόξου Ἐκκλησίας μας.

Ἐπιλεγόμενα