

ΠΙΣΤΗ ΚΑΙ ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

Δρ. Ελένη Κασσελούρη-Χ΄βασιλειάδη
Ακαδημία Θεολογικών Σπουδών
Ιεράς Μητροπόλεως Δημητριάδος και Αλμυρού

Σεβασμιότατε,
άγιοι Πατέρες,
αγαπητές και αγαπητοί εν Χριστώ αδελφές και αδελφοί.

Με ιδιαίτερη χαρά δέχτηκα την πρόσκληση της Ειδικής Συνοδικής Επιτροπής Γυναικείων Θεμάτων να παραστώ στη Γ' Συνδιάσκεψη Γυναικών Εκπροσώπων των Ιερών Μητροπόλεων της Εκκλησίας της Ελλάδος και να αναλύσω το θέμα: «πίστη και ψυχική υγεία». Θα ήθελα να ευχαριστήσω θερμά τον Πρόεδρο της Ειδικής Συνοδικής Επιτροπής Σεβασμιότατο Μητροπολίτη Χαλκίδος κ. Χρυσόστομο, το Γραμματέα της Επιτροπής π. Πλάτωνα Κρικρή και τα μέλη της Συνοδικής Επιτροπής για την τιμητική πρόσκληση και την εμπιστοσύνη που δείχνουν για τρίτη συνεχόμενη φορά στο πρόσωπό μου.

Οφείλω να παραδεχθώ ότι αυτήν τη φορά αισθάνομαι ιδιαίτερη χαρά για έναν ακόμη λόγο: διότι από τη μια πλευρά βρίσκομαι σ' αυτόν το χώρο ως καλεσμένη της Ειδικής Συνοδικής Επιτροπής Γυναικείων Θεμάτων από την άλλη όμως ο χώρος που λαμβάνει χώρα αυτή η Συνδιάσκεψη, δηλαδή η Ιερά Μητρόπολη Δημητριάδος και Αλμυρού, είναι ο χώρος στον οποίο έχω την τιμή να εργάζομαι από το Δεκέμβριο του 2007. Η χαρά αυτή γίνεται μεγαλύτερη εάν λάβετε υπόψη σας ότι η Ιερά Μητρόπολη Δημητριάδος σε χρονικό διάστημα μικρότερο των δέκα ημερών φιλοξενεί και πάλι μια συνάντηση που αφορά στη συμμετοχή των γυναικών στη ζωή και το έργο της Εκκλησίας. Από 8-12 Ιουνίου 2008, στον ίδιο ακριβώς χώρο η Ακαδημία Θεολογικών Σπουδών της Ιεράς Μητροπόλεως Δημητριάδος φιλοξένησε τη Διο-ορθόδοξη Συνδιάσκεψη Γυναικών με θέμα: «Ήσαν δε εκεί γυναίκες πολλαί...(Μτ.27,55) Η συμμετοχή των γυναικών στην Οικουμενική Κίνηση. Παρελθόν, Παρόν, Μέλλον», η οποία διοργανώθηκε στο πλαίσιο του Προγράμματος του Παγκοσμίου Συμβουλίου των Εκκλησιών «Γυναίκες στην Εκκλησία και την Κοινωνία» και έλαβαν μέρος 45 ορθόδοξες γυναίκες από 18 χώρες.

Το θέμα που καλούμαι να αναπτύξω: «πίστη και ψυχική υγεία» είναι σύνθετο. Τι είναι η *πίστη* για την ορθόδοξη θεολογία και παράδοση; Συγκεκριμένα, πως κατανοείται η πίστη όλων αυτών των γυναικών που αναφέρονται στα κείμενα της Αγίας Γραφής και ιδιαίτερα της Καινής Διαθήκης αλλά και στη γραπτή μας πατερική και λειτουργική παράδοση; Με ποιον

τρόπο τα παραδείγματα αυτά μπορούν να αποτελέσουν για εμάς σήμερα, πηγή έμπνευσης, θάρρους, σταθερό σημείο αναφοράς, σε έναν κόσμο μάλιστα που συνεχώς αλλάζει και μεταβάλλεται; Μελέτες που έχουν γίνει τις τελευταίες δεκαετίες τόσο στο χώρο της ψυχολογίας όσο και στο χώρο της θεολογίας έχουν αποδείξει τη στενή σχέση μεταξύ θρησκευτικής πίστης και υγείας. Αρχίζει δηλ. να ενισχύεται με επιστημονικά πλέον τεκμήρια μια βασική βιβλική αλήθεια, ότι δηλ. η σωματική μας υγεία προσδιορίζεται σε πολύ μεγάλο βαθμό από τη συναισθηματική και πνευματική μας κατάσταση. Η εισήγηση θα προσπαθήσει να ορίσει και να προσδιορίσει θεολογικά τη σημασία της πίστης και της ψυχικής υγείας και στη συνέχεια να εκθέσει παραδείγματα και μαρτυρίες, που δείχνουν ότι η πίστη δεν αποτελεί μια αφηρημένη νοητική κατάσταση αλλά *ζωντανό βίωμα* που επιδρά και συμβάλλει θετικά στον τρόπο που σκεφτόμαστε, συνάπτουμε σχέσεις με το συνάνθρωπο, αντιμετωπίζουμε τα προβλήματα και τις δυσκολίες, που κατανοούμε όλα όσα λαμβάνουν χώρα γύρω μας, με κορυφαίο το πιο δύσκολο και τραγικό σημείο της ζωής, τον ίδιο το θάνατο^{1[1]}.

I. Ο όρος πίστη και η σημασία του

Για την Αγία Γραφή, η πίστη είναι η πηγή και το κέντρο όλης της θρησκευτικής ζωής. Στο σχέδιο της Θείας Οικονομίας που πραγματοποιείται στα πλαίσια του χρόνου, ο άνθρωπος οφείλει να απαντήσει με πίστη. Βαδίζοντας στα ίχνη του Αβραάμ, που σύμφωνα με τον Παύλο είναι ο «πατέρας πάντων των πιστευόντων» (Ρωμ. 4,11), οι μαθητές του Ιησού οφείλουν να ακολουθούν το δρόμο του δασκάλου τους (Πραξ. 2,44 και 1 Θεσ.1,7).

Η ποιιλία του εβραϊκού λεξιλογίου για την *πίστη* αντανακλά τον πολυσύνθετο χαρακτήρα της πνευματικής διαθέσεως του πιστού. Δύο ρίζες κυριαρχούν στα κείμενα της Παλαιάς Διαθήκης: η ρίζα *aman*, που αναφέρεται στη σταθερότητα και τη βεβαιότητα και η ρίζα *bajah* που αναφέρεται στην ασφάλεια και στην εμπιστοσύνη. Το ελληνικό λεξιλόγιο για την πίστη είναι ακόμη πιο ποικίλο. Η ελληνική θρησκεία δεν έδινε την ίδια πρακτική σημασία στην πίστη με αυτήν της ιουδαϊκής παράδοσης. Οι Ο' λοιπόν στην προσπάθειά τους να μεταφράσουν τα κείμενα της Παλαιάς Διαθήκης στα ελληνικά με επιτυχία, απέδωσαν τον όρο *bajah* με τις λέξεις *ελπίς*, *ελπίζω*, *πέποιθα*, και τη λέξη *aman* με το *πίστη*, *πιστεύω*, *αλήθεια*. Η γενικότερη μελέτη του λεξιλογίου της Αγίας Γραφής φανερώνει ότι η σημασία της πίστης έχει δύο πόλους: από τη μια δηλώνει την εμπιστοσύνη που απευθύνεται σ' ένα πρόσωπο και δεσμεύει

^{1[1]} Για το θάνατο βλ. τον τόμο που κυκλοφόρησε πρόσφατα: Δημήτριος Μαγριπλής (επιμ.), *Όψεις του πολιτιστικού φαινομένου. Επιστημολογικές Προσεγγίσεις του θανάτου και της Ζωής*, Επιστημονική Σειρά: Θεός-Άνθρωπος - Κοινωνία, Θεσσαλονίκη: Εκδοτικός Οίκος: Αντ. Σταμούλης, 2008.

ολόκληρο τον άνθρωπο, και, από την άλλη, ένα διάβημα της διανοίας που ένας λόγος ή ορισμένα σημεία της επιτρέπουν να προσεγγίσει πραγματικότητες που δε φαίνονται (Εβρ. 11,1).^{2[2]}

Ολόκληρη η Καινή Διαθήκη αποτελεί ένα μάθημα πίστης. Ο πιστός Δούλος είναι ο Ιησούς Χριστός, Υιός και Λόγος του Θεού, ο αληθινός πιστός που έρχεται να εκπληρώσει τη Γραφή και το έργο του Πατέρα του (Μκ. 10,45· Λκ. 24,44 κ.α.). Στο πρόσωπό του τηρούνται όλες οι υποσχέσεις του Θεού, σ' αυτόν βρίσκεται η σωτηρία και η δόξα των εκλεκτών, με αυτόν οι άνθρωποι καλούνται από τον Πατέρα να καταστούν κοινωνοί του και δι' αυτού οι πιστοί να ενδυναμώνονται και να μένουν πιστοί στην κλίση τους μέχρι τέλους.

Στην Καινή Διαθήκη ο όρος «πιστός» δηλώνει τους μαθητές του Ιησού που πιστεύουν σε αυτόν (Πραξ. 10,45· 2 Κορ. 6,15· εφ. 1,1). Αυτός ο όρος προϋποθέτει και περιλαμβάνει τις αρετές της ειλικρίνειας, της μετάνοιας, της συγχώρησης και κυρίως της αγάπης (Φιλ. 4,8).

Τα θαύματα του Ιησού και των μαθητών του επιτελούνται εκεί που υπάρχει πίστη. Είναι ολοφάνερο στην Καινή Διαθήκη ότι τα θαύματα δεν οδηγούν τον άνθρωπο στην πίστη, «αλλ' ότι την προϋποθέτουν. Ο Ιησούς δεν ενεργεί θαύματα για να προσκαλέσει την πίστη, αλλά ενεργεί εκεί όπου τη διαπιστώνει...ενώ οι θρησκευτικοί ηγέτες του λαού προκαλούν τον Ιησού να προβεί σε κάποιο θαυματουργικό γεγονός για να πιστέψουν, θέλοντας προφανώς να στηρίξουν την πίστη στο θαύμα, ο Ιησούς οριοθετεί αντίστροφα τη σχέση πίστης και θαύματος, θεωρώντας το δεύτερο ως αποτέλεσμα της πρώτης».^{3[3]}

Επιπλέον, ο Λόγος και τα θαύματα του Ιησού έθεταν εξ' αρχής το βασικό ερώτημα: «τις άρα ούτος εστί;» (Μκ.4,41· 6, 1-6). Ο Πέτρος και η Μάρθα, η αδελφή του Λαζάρου είναι σύμφωνα με τα ευαγγέλια αυτοί που δίνουν τη σωστή απάντηση στο ερώτημα αυτό «συ ει ο Χριστός» (Μτ. 16, 13-16). Γύρω από τον Ιησού σχηματίζεται λοιπόν μια κοινότητα, που ο πολυτιμότερος συνδετικός της κρίκος είναι η πίστη σ' Εκείνον και στο λόγο του και στη συνέχεια η πίστη αυτή εκφράζεται με τα έργα αγάπης. Ο Ιησούς επιμένει στο σημείο αυτό όταν λέει: «μείνατε εν τη αγάπη τη εμή. Εάν τας εντολάς μου τηρήσητε, μενείτε εν τη αγάπη μου, καθώς εγώ τας εντολάς του πατρός μου τετήρηκα και μένω αυτού εν τη αγάπη» (Ιω. 15,9· εξ' 14,15.21.23· εξ').

Μπροστά στους επερχόμενους αγώνες και διωγμούς, η Αποκάλυψη παροτρύνει τους πιστούς στη μέχρι «θανάτου υπομονήν και πίστιν των αγίων»

^{2[2]} Βλ. «Πίστη», *Λεξικό Βιβλικής Θεολογίας*, Αθήνα: Βιβλικό Κέντρο «Άρτος Ζωής», σελ. 804- 812.

^{3[3]} Ιω. Καραβιδόπουλου, *Το κατά Μάρκον Ευαγγέλιον*, Θεσσαλονίκη 1988, σελ. 89-91. Για το 'θαύμα' και τη σημασία του στην αρχαία ελληνική γραμματεία, στον ελληνιστικό Ιουδαϊσμό, την Αγία Γραφή και στον αρχέγονο χριστιανισμό βλ. *Theological Dictionary of the New Testament*, εκδ. G. Kittel, том. 3, Michigan⁸ 1978, σ. 27-42.

(13,10). Στη ρίζα αυτού του λόγου υπάρχει πάντα η πασχαλινή πίστη σ' Εκείνον που μπορεί να πει: «εγενόμην νεκρός και ιδού ζων ειμί εις τους αιώνας των αιώνων» (1,18) στο Λόγο του Θεού που εγιαθιστά ακατανίκητα τη βασιλεία του.

Εάν τώρα θέλουμε να δώσουμε παραδείγματα από την Καινή Διαθήκη για τη σχέση Ιησού, γυναικών και πίστης αυτά είναι πολλά. Θα αναφέρουμε μόνο ενδεικτικά ότι οι γυναίκες βρίσκονται από την αρχή κοντά του διακονώντας και ενισχύοντας το ιεραποστολικό του έργο : «και γυναίκες τινές αι ήσαν τεθεραπευμέναι από πνευμάτων πονηρών και ασθeneιών, Μαρία η καλουμένη Μαγδαληνή, αφ' η δαιμόνια επτά εξεληλύθει και Ιωάννα γυνή Χουζα επιτρόπου Ηρώδου και Σουσάνα και έτεραι πολλαί, αίτινες διηκόνουν αυτοίς των υπαρχόντων αυταίς» (8,3) και παραμένουν πιστές μέχρι το τέλος της επίγειας δράσης του δηλ. μέχρι το Σταυρό: «ήσαν δε εκεί γυναίκες πολλαί από μακρόθεν θεωρούσαι» (Ματ.27,55).

Ο Ιησούς γεύεται τη βαθιά και ειλικρινή πίστη των γυναικών, το γεγονός δηλ. ότι τον αναγνωρίζουν ως Μεσσία και Σωτήρα τους και γίνεται ο θεραπευτής και το πρόσωπο που αλλάζει σύνολη την ύπαρξή τους. Ας θυμηθούμε την αιμορροούσα γυναίκα, που ταπεινά εκλιπαρεί για τη θεραπεία της και πιστεύει ότι «εάν μόνον άψωμαι του ιματίου αυτού σωθήσομαι». Ο Ιησούς απαντά και θεραπεύει: «θάρσει θύγατερ, η πίστις σέσωκεν σε» (Μτ. 9, 20-22). Παράδειγμα σημαντικό, επίσης, είναι η ανώνυμη γυναίκα κατά το Ματθαίο και Μάρκο (αμαρτωλή κατά το Λουκά και η Μαρία η αδελφή του Λαζάρου κατά τον Ιωάννη) που τολμά να παραβεί τις συνήθειες των δειπνων και κυριολεκτικά εισβάλλει στον οίκο του Σίμωνα, αλείφοντας με μύρο την κεφαλή και τα πόδια του Ιησού, δηλώνοντας με αυτόν τον τρόπο την πίστη της στο πρόσωπό του και την αποστολή του, αναγνωρίζοντας και αυτή, εν ολίγοις την Μεσσιανική του ιδιότητα. Και αυτή η γυναίκα, αγκαλιάζεται και πάλι με την ίδια αγάπη από τον Ιησού, ο οποίος δηλώνει: «η πίστις σου σέσωκεν σε πορεύου εν ειρήνη» (Λκ. 7, 36-50).

Και αν αυτά είναι κάποια από τα πολλά παραδείγματα της Καινής Διαθήκης, ο ενδιαφερόμενος/η μπορεί να ανατρέξει σε βίους αγίων γυναικών, οσίων και μαρτύρων, που καθ' όλη τη διάρκεια της ιστορικής διαδρομής της Εκκλησίας διακόνησαν, ομολόγησαν και πέθαναν με μαρτυρικό θάνατο εξαιτίας της βαθιάς πίστης τους στο πρόσωπο του Ιησού και της Εκκλησίας του. Χαρακτηριστικό γνώρισμα του χριστιανικού μαρτυρίου εξάλλου δεν είναι απλώς ο θάνατος, αλλά και η πρόθεση του μάρτυρα να τον υπομείνει θεληματικά, προκειμένου, συμμετέχοντας έτσι στο πάθος του Χριστού, να διακηρύξει την πίστη και την αγάπη του στον Χριστό και να βιώσει τη χαρά

της αναστάσεως στη Βασιλεία των Ουρανών.^{4[4]} Εξάλλου ο ίδιος ο Κύριος αναφέρει ότι ο δρόμος στον οποίο μας προσιαλεί δεν είναι δρόμος εύκολος αλλά « και ος ου λαμβάνει τον σταυρόν αυτού και ακολουθεί οπίσω μου, ουκ εστίν μου άξιος. Ο ευρών την ψυχήν αυτού απολέσει αυτήν και ο απολέσας την ψυχήν αυτού ένεκεν εμού ευρήσειν αυτήν». (Μτ.10,38)

2. Η έννοια της ψυχικής υγείας

Τι είναι ψυχή;

Η ψυχή ως ανθρωπολογικός όρος έχει οντολογικό περιεχόμενο στη θεολογική σκέψη. Η ψυχή δεν είναι ένα 'μέρος' που μαζί με το σώμα συναποτελεί το ανθρώπινο ον αλλά δηλώνει ολόκληρο τον άνθρωπο, εμπυχωμένο από το πνεύμα ζωής. Στις βιβλικές γλώσσες, οι όροι ψυχή, *nephes* (εβρ.) και *anima* (λατ.) συνδέονται λίγο πολύ άμεσα με την παραστατική εικόνα της πνοής.^{5[5]} Αν η ψυχή είναι το σημείον της ζωής δεν είναι και η πηγή της σύμφωνα με τη βιβλική παράδοση. Κι εδώ βρίσκεται η διαφορά ανάμεσα στη σημιτική και την πλατωνική άποψη. Για τη δεύτερη, η ψυχή είναι ταυτόσημη με το πνεύμα, του οποίου αποτελεί απόρροια και παρέχει στον άνθρωπο αυτονομία. Για τη σημιτική αντίληψη πηγή της ζωής δεν είναι η ψυχή αλλά ο Θεός δια του Πνεύματος του: «νεφυήσεν εις το πρόσωπον αυτού πνοήν (*nesamah*) ζωής, και εγένετο άνθρωπος εις ψυχήν (*nephes*) ζώσαν» (Γεν.2,7).

Ο άγιος Γρηγόριος Νύσσης λέει ότι: «μήτε ασώματον είναι ψυχήν, μήτε άψυχον σώμα» και αποφαινεται ότι «άνθρωπος δε κυρίως κατ' αυτήν την ψυχήν».

Στην ψυχολογία η ψυχή χρησιμοποιείται ως τεχνικός όρος που οριοθετεί τις «ψυχικές» ενέργειες και εκδηλώσεις του ανθρώπου αλλά δεν είναι το μόνο στοιχείο που χαρακτηρίζει τον άνθρωπο καθ' εαυτού. Ο Freud μίλησε για την «ψυχική συσκευή» του ανθρώπου, που αντιστοιχεί στον εσωτερικό ψυχικό του κόσμο και καθορίζει τα στάδια της εξέλιξης και τη μορφή που παίρνει για να εκφραστεί στη συμπεριφορά του.^{6[6]}

^{4[4]} Για αναλυτική παρουσίαση βίων γυναικών μαρτύρων αγίων και οσίων της Ορθοδόξου Εκκλησίας βλ. Δημητρίου Τσάμη, *Μητρώικόν*. Όπως αναφέρει στον πρόλογο του 6^{ου} τόμου ο Καθηγούμενος της Ιεράς Μονής Ξενοφώντος, Αρχιμανδρίτης Αλέξιος: «εις την ζοφώδη νύκτα των παθών αι οσία Μητέρα γίνονται, ως η Κυρία Θεοτόκος, φωτοδόχοι λαμπάδες εμφανισσαι εις πάντα φιλόθεον αγωνιστήν της ευσεβείας την ουρανοδρόμον πορεία της θείας επιφανείας. Δια της καταθέσεως της πνευματικής εμπειρίας τούτων των σκηνωμάτων της θείας δόξης, οι εν αγνοία έρχονται εις φωτισμόν θεογνωσίας, οι καθεύδοντες εγείρονται προς άσκησιν οσιακών παλαισμάτων και οι αθλούμενοι εις τον στίβον της Εκκλησίας διδάσκονται την υπέρβασιν των μεθοδειών του αντικειμένου».

^{5[5]} Βλ. «Ψυχή», *Λεξικό Βιβλικής Θεολογίας*, Αθήνα: Βιβλικό Κέντρο «Άρτος Ζωής», σελ. 1021-1024.

^{6[6]} Μαρία Νασιάκου, «Προσωπικότητα» στο *Εισαγωγή στην Ψυχολογία*, τόμος Β', Στέλλα Βοσνιάκου (επιμ.), Αθήνα: Gutenberg, 1999, σελ. 144-145.

Για να ορίσουμε τώρα την ψυχική υγεία θα πρέπει μάλλον να κινηθούμε αντίστροφα. Για την ψυχολογία η ψυχική ή διανοητική νόσος έγκειται στη βιολογική αδυναμία του ανθρώπου να εκφράσει αυτό που πραγματικά είναι, δεδομένου ότι κάθε ψυχική ενέργεια απαιτεί και υγιές όργανο για να εκδηλωθεί. Για τους ψυχολόγους ένας βασικός παράγοντας δηλωτικός της ψυχικής υγείας ή της απουσίας της είναι το λεγόμενο «αυτοσυναίσθημα». Το να νιώθει δηλαδή κανείς ευχαριστημένος, να νιώθει ότι τα πράγματα πάνε καλά. Πρόκειται δηλαδή για την καλή ή αισιόδοξη διάθεση. Αυτή περιλαμβάνει «μια διαδικασία και ετοιμότητα για συνεχή αλλαγή του ατόμου και προσαρμογή του τέτοια, ώστε να αντιμετωπίζει κανείς τα προβλήματα της ζωής, να κατακτά τη ζωή και να τη χαίρεται».^{7[7]}

Στο προφανές βέβαια τι είναι φυσιολογικό και τι όχι δεν υπάρχει απόλυτα αντικειμενική απάντηση ή για να είμαστε ακόμη πιο ακριβείς αυτό που μπορεί να είναι καλό και φυσιολογικό για ένα άτομο να είναι αντίστροφα αδύνατο για κάποιο άλλο. Η έννοια της ψυχοπαθολογίας σκιαγραφείται από διάφορους παράγοντες και παραμέτρους: από γενετικές καταβολές (ανατομία και λειτουργία του νευρικού συστήματος) και από περιβαλλοντικές επιδράσεις, από το σύνολο δηλ. των γνώσεων και της μάθησης, της εμπειρίας καλύτερα που συσσωρεύει ο άνθρωπος και παίζουν καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση ενός πλαισίου για την αξιολογική αποτίμηση κάθε ενέργειας και πράξης του.^{8[8]}

Ο δυτικός πολιτισμός, παρόλο που υπήρξε βαθιά επηρεασμένος από την ελληνική σκέψη και το χριστιανισμό, βασίζεται σήμερα σε ένα καταναλωτικό-ανταγωνιστικό σύστημα, το οποίο προβάλλει ως βασικούς άξονες για την προσωπική ευτυχία του ανθρώπου τις οικονομικές-τεχνικές αξίες και αγνοεί τις συναισθηματικές, πνευματικές αξίες και την ανάγκη του ατόμου για συλλογική ταυτότητα. Η κατάσταση αυτή οδηγεί μοιραία στην καταστροφή του άμεσου και ευρύτερου κοινωνικού ιστού και περιθωριοποιεί μεγάλες μερίδες του κοινωνικού συνόλου. Αυτές είναι κάποιες από τις αιτίες που οδηγούν ολοένα και περισσότερα άτομα σε επαγγελματίες θεραπευτές για την αντιμετώπιση ήπιων έως και σοβαρών ψυχολογικών προβλημάτων.

Η σύγχρονη ψυχοθεραπεία επιχειρεί την επανεύρεση του αυθεντικού ανθρώπου, όσο αυτό είναι βέβαια εφικτό, με την εξόρυξη και αφαίρεση των στοιχείων εκείνων που θεωρείται ότι καταλύουν την εσωτερική ειρήνη του ανθρώπου και συγκροτούν τον τύπο της αποκλίνουσας συμπεριφοράς.^{9[9]} Βασικό εργαλείο της ψυχοθεραπευτικής τεχνικής είναι ο διάλογος μεταξύ του θεραπευτού και του θεραπευομένου με ποικίλες προεκτάσεις. Η ψυχοθεραπευτική διαδικασία έχει ορθά παραλληλιστεί με την εργασία του αρχαιολόγου ο οποίος ανασυνθέτει από τα υπολείμματα των ευρημάτων την

^{7[7]} Νίκος Παπαδόπουλος, *Ψυχολογία. Σύγχρονη Πειραματική*, Αθήνα 2000, σελ. 459.1

^{8[8]} Μίνα Φατούρου -Χαρίτου, «Ψυχοθεραπευτική Πράξη», *Εισαγωγή στην Ψυχολογία*, όπ.παρ., σελ.201-243.

^{9[9]} π. Στυλιανού Καρπαθίου, Η εξομολόγηση ως ψυχοθεραπευτική διαδικασία, *Διάβαση* 19, 1999, σελ. 16-17

αρχική μορφή ενός κατεστραμμένου μνημείου. Με άλλα λόγια σκοπός της ψυχοθεραπείας είναι η επανάκαμψη και αποκατάσταση της ψυχικής λειτουργίας του ανθρώπου στο «κατά φύσιν» και η αποδρομή από του πάσχοντος κάθε αισθήματος που παραβιάζει ή καταργεί την ποιότητα της ζωής.

Θα σας παρακαλούσα τώρα με βάση αυτά τα ελάχιστα που ανέφερα να φέρετε στο μυαλό σας ένα θαύμα του Ιησού, ας πούμε το θαύμα με την κόρη της Χαναναίας, και σιεφτείτε ακριβώς τα βήματα που ακολουθεί (Μτ. 15, 21-28). Ο Ιησούς πριν τελέσει το θαύμα ή τη συγχώρεση των αμαρτιών συζητά, ρωτά να μάθει και να διαπιστώσει εάν ο άνθρωπος έχει συνείδηση του προβλήματος, πίστη στη δυνατότητα ίασης του και πίστη ότι ο Ιησούς είναι η Οδός της Θεραπείας.

Υπάρχει βέβαια και μια άλλη προϋπόθεση για την τελική ίαση, η μετάνοια. Η μετάνοια για την παράδοσή μας δεν αποτελεί απλώς αποδοχή της αμαρτίας μας. Και ας λάβουμε υπόψη μας σε αυτό το σημείο ότι ο όρος αμαρτία συνοψίζει το βαθύτερο και ουσιαστικότερο πρόβλημα του ανθρώπου όλων των εποχών, ένα πρόβλημα στο οποίο η ορθόδοξη θεολογία και παράδοση βάζει στο κέντρο της ζωής, της ταυτότητας και της αυτοσυνειδησίας της. Η λέξη είναι σύνθετη από το στερητικό *a* και το ρήμα *μείρομαι* που σημαίνει μετέχω, συμμετέχω, κοινωνώ. Η αμαρτία λοιπόν συνδέεται με την απουσία μετοχής και συμμετοχής στο γεγονός Χριστός. Γι' αυτό και η μετάνοια αποτελεί μια ριζική αλλαγή της νοοτροπίας, μια μεταστροφή του νου και του λογισμού. Η μετάνοια δεν είναι μέσο παρηγοριάς και ανακουφιστικής-μπορεί να είναι και αυτό βέβαια, αλλά ποτέ μόνο αυτό- απέναντι στη διαμαρτυρία της κτιστότητας, ούτε αποκάλυψη τρόπων υπέρβασής της μέσω του ιδίου του κτιστού, αλλά δια του προσανατολισμού έξω από τον εαυτό του. Είναι η μετάθεση του κέντρου βάρους από τις αποτυχίες και τις επιτυχίες, στη σχέση. Είναι η μετακίνηση από τα διλήμματα του καλού και του κακού στο Όντως Ον. Είναι η παράθεση όλου του εαυτού «παρα τους πόδας του Χριστού». Όπως λέει ο Ισαάκ ο Σύρος μετάνοια είναι «να καίγεται η καρδιά σου για όλους και για όλα, για τους ανθρώπους, τους εχθρούς, τα όρνεα, τα δέντρα, ακόμη και για τους δαίμονες».

3. Πίστη και ψυχική υγεία σε διάλογο;

Το ερώτημα που προκύπτει από όσα αναφέρθηκαν είναι εάν και ποιος ρόλο μπορούν να παίξουν οι υγιείς πνευματικές προϋποθέσεις – που μπορεί να προσφέρει ένα θρησκευτικό σύστημα σαν το Χριστιανισμό- στην ψυχική υγεία του ανθρώπου και ποια επίσης μπορεί να είναι η επίδρασή τους στα διάφορα βιολογικά ελλείμματα που ει καταβολής ακολουθούν τον πάσχοντα «ψυχικά»;
10[10]

^{10[10]} I. Yalom, *Θρησκεία και Ψυχιατρική*, μετφ.Ευ. Ανδριτσάνου-Γ. Ζέρβας, Αθήνα: Εκδ. Άγρα, 2003

Η απάντηση στο πρώτο ερώτημα είναι καταφατική, τουλάχιστον στο πρώτο σκέλος της. Η καταφατική απάντηση δε δίνεται τυχαία αλλά με βάση έρευνες και μελέτες - που ξεκίνησαν από τον προτεσταντικό κυρίως κόσμο- και δείχνουν ότι ασθενείς που αντιμετώπιζαν ψυχολογικής υφής προβλήματα με άμεση επίδραση και στη σωματική τους υγεία, παράλληλα με τη σχετική επιστημονική υποστήριξη επέτυχαν ενίσχυση της πίστης τους, με συγκεκριμένη ποιμαντική μέθοδο, με αποτέλεσμα να ανακουφιστούν γρηγορότερα και αποτελεσματικότερα από τα συμπτώματα της ασθένειάς τους.^{11[11]} Γι' αυτό και όταν στην τάξη μιλούμε για τα θαύματα του Ιησού θυμίζω στους μαθητές και τις μαθήτριες ότι οι διηγήσεις των θαυμάτων δεν αποτελούν ιστορίες μιας άλλης εποχής, που γίνονται σημείο αναφοράς περιστασιακά ούτε επίσης επιλέγονται τυχαία στη λατρεία της Εκκλησίας, αλλά αποτελούν εμπειρίες για το εδώ και το τώρα, που δηλώνουν ακριβώς την πίστη της εκκλησίας πως το γεγονός Χριστός επιδρά και μεταμορφώνει τον άνθρωπο κάθε εποχής και τόπου. Δε χρειάζεται βέβαια σε μια παράδοση σαν τη δική μας να αναφερθούμε εκτενώς και στην θεραπευτική επίδραση της προσευχής.

Οι Πατέρες της Εκκλησίας μας κατανόησαν την ψυχική διάσπαση και σύγκρουση του ανθρώπου με τον εαυτό του ως οντολογική συνέπεια της παραβάσεως της εντολής του Θεού στον ψυχισμό των πρωτοπλάστων. Να πούμε εδώ ότι η χριστιανική διδασκαλία περί της γενέσεως και λειτουργίας της ψυχικής σύγκρουσης του ανθρώπου με τον εαυτό του, όπως κατανοήθηκε στο χώρο της πατερικής ανθρωπολογίας και γενικά της ορθόδοξου πνευματικότητας, προσηγήθηκε όλων των ψυχολογικών θεωριών, αφού οι δεύτερες εμφανίζονται στο δεύτερο μισό του 19^{ου} αιώνα. Αυτό δε δηλώνει απαραίτητως ανωτερότητα της πρώτης εξαιτίας της χρονικής της προτεραιότητας. Δηλώνει όμως άμεσα το ενδιαφέρον της Εκκλησίας για το ανθρώπινο πρόσωπο, τη λύτρωσή του από τη διάσπαση και τη σύγκρουση και την αρμονική του συνύπαρξη με το Θεό και το συνάνθρωπο.

Κατά τον άγιο Γρηγόριο Νύσσης ο τρόπος ζωής των ανθρώπων ήταν κατ' αρχάς μονοειδής, χωρίς δηλαδή διασπάσεις και ενδοψυχικές συγκρούσεις. Για τη διατήρηση δε και προστασία αυτού ακριβώς τρόπου ύπαρξης ο Θεός απαγόρευσε τη βρώση του καρπού, το οποίο ήταν «σύμμικτος εκ των εναντίων η φύσις, του κακού προ το καλόν συγκεκραμένου». Αλλά ειουσίως ο άνθρωπος «εν τω αυτεξουσίω κινήματι καταλιπών την αμιγή του χείρονος

^{11[11]} Ο Smiley Blanton αναφέρει χαρακτηριστικά: «Ο σύγχρονος γιατρός δεν θεωρεί την αισθηματική, την ηθική, την πνευματική ζωή του ανθρώπου σαν ιδιαίτερες ιδιότητες της φυσικής ζωής. Πιστεύει ότι ο άνθρωπος αποτελεί ένα σύνολο, μια μονάδα πνευματική και φυσική...οι γιατροί έμαθαν ότι η αρρώστια δεν προκαλείται μόνο από χημικές ανωμαλίες του σώματος ή ανωμαλία υπερασπίσεως του σώματος από τα μικρόβια. Η αρρώστια μπορεί να προκληθεί και από αισθηματική απορύθμιση, που προξενεί διάφορους φόβους, ακόμη και νοσηρές έχθρες, που προκαλούν ανωμαλίες στις χημικές διεργασίες του σώματος», «Η πίστη που Θεραπεύει», στο *Η πίστη είναι η Απάντηση*, Norman Vincent Peale/ Smiley Blanton, Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Πουρνάρα, 1988, σελ.241.

μοίραν την εκ των εναντίων σύγκρατον επεσπάσατο»^{12[12]}. Επίσης κατά τον άγιο Μάξιμο τον Ομολογητή «Η των ανθρώπων φιλαυτία...εις πολλές μοίρας την μιαν φύσιν κατένεμε και καθ' εαυτής την φύσιν δια της γνώμης εξόπλισε».^{13[13]} Εξάλλου και ο όσιος Ιωάννης της Κλίμακος εκφράζει τη δική του αγωνία και προβληματισμό σε σχέση με τις θετικές και αρνητικές όψεις της συνύπαρξης με τον εαυτό: «Ποιο είναι το μυστήριο που με περιβάλλει; Πως εξηγείται η μείξις που παρατηρείται σε εμένα; Πως στον εαυτό μου είμαι φίλος και εχθρός;».^{14[14]}

Θα πρέπει να πούμε ότι η διατάραξη της σχέσεως ανθρώπου Θεού, σύμφωνα με την παράδοσή μας, δεν είναι μια διατάραξη με ηθικό ή δικανικό χαρακτήρα. Είναι μια διατάραξη που δυσκολεύει ή σταματά την δυναμική πορεία προς τον αγιασμό, την τελείωση και τη θέωση. Με την πτώση ο άνθρωπος δεν αρνείται την ύπαρξη του Θεού αλλά θεωρεί ότι αντλεί την ύπαρξη του μόνο από τον ίδιο του τον εαυτό του. Αυτή η επιλογή σηματοδοτεί έκτοτε ένα νέο τρόπο σκέψης και κατανόησης του κόσμου και της ζωής, που τον χαρακτηρίζει η απολυτοποίηση του μέρους, η διαστρέβλωση, η διαβολή, η αποσπασματική θεώρηση του σύμπαντος κόσμου.

Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει και ο Κωνσταντίνος Κορναράκης: «κατά τη θεολογική σκέψη της εκκλησίας, η δυσλειτουργία της φύσεως κατά την κίνησή της προς το Όλον, όταν ο άνθρωπος απολυτοποιεί τη μεριότητα των επιλογών του, εγκλωβίζοντας κατ' αυτόν τον τρόπο την προοπτική της στα όρια της αυτοτέλειας, θεραπεύεται μόνο από τη χάρη του Θεού. Η χαώδης δηλαδή, απόσταση μεταξύ κτιστού και Ακτίστου, γεφυρώνεται από την ένσαρκο Οικονομία του Θεού, δια της σταυρικής θυσίας και Αναστάσεως, διά των οποίων, κατά τον όσιο Θεόδωρο Στουδίτη, ενώνει φυσικώς τα άκρα δι' αγαθότητα»^{15[15]}

Η έξοδος δηλ. από την πτωτική κατάσταση πραγματοποιείται στο πρόσωπο ενός νέου καθολικού Αδάμ, του δεύτερου προσώπου της Αγίας Τριάδας, κατά τη δογματική διδασκαλία της Εκκλησίας μας, του Χριστού, τη ευδοκία του Πατρός αν Αγίω Πνεύματι. «Ὡσπερ γαρ εν τω Αδάμ πάντες αποθνήσκουσι, ούτω και εν τω Χριστώ πάντες ζωοποιηθήσονται» (Α' Κορ. 15,22).

Ο άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής επανειλημμένως κάνει λόγο για τους τρεις βαθμούς πνευματικής τελειώσεως, χρησιμοποιώντας τους όρους

^{12[12]} Περί ψυχής και αναστάσεως μετά της ίδιας αδελφής Μακρίνης Διάλογος, ΒΕΠΕΣ τ. 68 σελ. 345-346)

^{13[13]} Κεφάλαια διάφορα Θεολογικά τε και οικονομικά» Εκατοντάς πρώτη, ΡΓ τ.90, στ. 1196 ΒC

^{14[14]} Βλ. Ιωάννου του Σιναΐτου «Κλίμαξ». Λόγος Ε, Περί Αγνείας προγρ πγ' (εκδ. Ι.Μ. Παρακλήτου, Ωρωπός Αττικής 1978, σ. 216)

^{15[15]} Κωνσταντίνος Κορναράκης «Si vis vitam, para mortem: η αγωνία της υπάρξεως ενώπιον του θανάτου στη διαλεκτική μεταξύ θεολογικής και κοσμικής επιστημονικής σκέψεως», στο Δημήτριος Μαργιπλής (επιμ.), Όψεις του πολιτιστικού φαινομένου. Επιστημολογικές Προσεγγίσεις του θανάτου και της Ζωής, Επιστημονική Σειρά: Θεός- Άνθρωπος- Κοινωνία, Θεσσαλονίκη: Εκδοτικός Οίκος: Αντ. Σταμούλη, 2008, σελ. 169-202.

κάθαρση, φωτισμός θέωση ή τελείωση. Για την Εκκλησία αυτή η πορεία από το κατ' εικόνα στο καθ' ομοίωση αποτελεί και θεραπεία της προσωπικότητας του ανθρώπου. Όπως χαρακτηριστικά αναφέρει και ο αγ. Κλήμης Αλεξανδρείας: «το μεγαλύτερο από όλα τα μαθήματα είναι να γνωρίσει κανείς τον εαυτό του. Γιατί εάν γνωρίσει κανείς τον εαυτό του, θα γνωρίσει και το θεό. Και αν γνωρίσει το Θεό θα γίνει σαν το Θεό». Δεν μπορούμε στο πλαίσιο της παράδοσης μας να μιλούμε για μέθοδο θεραπείας αν την αποξενώσουμε από τη μυστηριακή ζωή της Εκκλησίας, το Μυστήριο της Μετανοίας και Εξομολογήσεως και το κατ' εξοχήν Μυστήριο, αυτό της Θείας Ευχαριστίας.

Κλείνοντας δεν θα αποφύγω τον πειρασμό να σχολιάσω το ρόλο των πνευματικών/ εξομολόγων σ' αυτήν την πορεία προς τη θέωση και τη συμβολή τους όχι μόνο στην 'πνευματική' υγεία του προσώπου αλλά και εν γένει στη ψυχική του υγεία. Προσωπικά μιλώντας δεν έχω κανένα λόγο να παραπονεθώ για την καθοδήγηση και την συμπαράσταση που ο πνευματικός μου πατέρας μου προσφέρει. Ως θεολόγος, όμως, οφείλω να επισημάνω ότι σε πολλές περιπτώσεις ο ρόλος που ο πνευματικός παίζει στη ζωή των πιστών αντί να οδηγεί προς την πνευματική τους πρόοδο, τη ψυχική ηρεμία και τελικά στην αρμονική συνύπαρξη με το Θεό και το συνάνθρωπο, οδηγεί σε ένα πλαίσιο γεμάτο ενοχές, συμπλέγματα και φόβο. Δεν αποδεσμεύει τον άνθρωπο από τις ανασφάλειες του, δεν τον κατευθύνει προς την ελευθερία από τα πάθη και τις αδυναμίες του, αλλά τον καθιστά δέσμιο συγκεκριμένων θέσεων και απόψεων, που λίγη σχέση έχουν με το αυθεντικό νόημα της παράδοσης μας. Μια παρένθεση στο σημείο αυτό. Όταν το λαϊκό στοιχείο ασκεί κριτική στο έργο και το ρόλο των κληρικών, αυτό αυτόματα δε δηλώνει έλλειμμα εκκλησιαστικού φρονήματος. Για το θεολογικό λόγο, που κατά την άποψη μου οφείλει να είναι 'προφητικός', (και να επισημάνω ότι ο όρος 'προφητικός' δεν αφορά την πρόρρηση μελλοντικών γεγονότων και καταστάσεων αλλά πρώτιστα την καταγγελία όλων των άδικων δομών, συμπεριφορών και καταστάσεων που είναι συνάρτηση και αποτέλεσμα της πτώσεως) η στάση κριτικής και αυτοκριτικής είναι μονόδρομος. Διότι όταν αναφερόμαστε στο Σώμα Χριστού αναφερόμαστε ταυτόχρονα στην ποικιλία των χαρισμάτων και των διακονημάτων. Αλίμονο εάν κάποιος από τα μέλη θεωρήσει τον εαυτό του σημαντικότερο από τα υπόλοιπα. Αλίμονο εάν γίνουμε μόνο μάτι ή μόνο αυτί (Α' Κορ. 12, 17)...αλίμονο εάν ξεχάσουμε ότι κεφαλή αυτού του σώματος είναι ο Ιησούς Χριστός και μόνον αυτός, στον οποίο όλοι αναφερόμαστε και προς τον οποίο όλοι καλούμαστε να ομοιάσουμε.

Κλείνοντας την εισήγησή μου, θα αφήσω να μιλήσουν άλλοι σύγχρονοι θεολόγοι, όπως ο Αλέξανδρος Κατσάρας, για την πτωτική μας ροπή η οποία εκφράζεται όταν: «δεχόμαστε το Θεό ως τιμωρό και διαστή, όταν δεχόμαστε ότι η ενανθρώπιση είναι αποτέλεσμα και μόνον του προπατορικού γεγονότος και η σωτηρία μας αποτέλεσμα της αξιομισθίας μας, των καλών μας έργων και

των αρετών μας....όταν η ιεραποστολή μας δε βασίζεται στο «έρχου και ίδε» αλλά στην πειθώ ή στο θαύμα, το μυστήριο και το κύρος... όταν ο άλλος δεν είναι το ενδεχόμενο μιας σχέσεως αλλά αφορμή επιθέσεως, επειδή δεν πρεσβεύει ό,τι κι εμείς και έτσι ο θεολογικός μας λόγος διεκδικεί μια διευρυμένη αποδοχή a priori...όταν απαιτούμε από τους άλλους (φορείς, ομάδες, άτομα) μεταχείριση διαφορετική από τη μεταχείριση που είχε ο Χριστός και κυρίως δυσφορούμε όταν διεκδικώντας ματαιωθούμε, αποθώντας το ευαγγελικό «η εμέ εδίωξαν και υμάς διώξουσιν» (Ιω.15,20) και αγνοώντας το «αλλά θαρσείτε εγώ νενίκηκα τον κόσμον».^{16[16]}

Και ο πατήρ Φιλόθεος Φάρος σε άρθρο του για την εξομολόγηση αναφέρει: «Η εκκλησία είναι μια κοινότητα, έχει μια κοινή πορεία και ζωή και επομένως οι άνθρωποι που βρίσκονται στην κοινότητα αυτή μοιράζονται ό,τι έχουν και ό,τι είναι. Ένα πράγμα που μοιράζονται είναι η αμαρτία τους. Η αντίληψη ότι η αμαρτία είναι κάτι που πάμε κρυφά και την λέμε, είναι προβληματική. Και η αμαρτία που πάμε εμείς και λέμε είναι αυτή που εμείς θεωρούμε σοβαρότερη δήθεν. Μάλλον είναι εκείνη που εμείς εφευρίσκουμε για να κρύψουμε την ουσιαστικότερη αμαρτία μας. Γιατί η ουσιαστικότερη αμαρτία-και ψυχική ασθένεια των καιρών μας θα συμπλήρωνα- είναι ο εγωκεντρισμός μας, το γεγονός ότι είμαστε στραμμένοι στον εαυτό μας και αυτολατρευόμαστε. Αυτή είναι η βασική μας αμαρτία, αυτή μας πηγαίνει στην κόλαση. Τα οποιαδήποτε άλλα πράγματα έρχονται στο νου είναι συμπτώματα αυτής της βασικής αμαρτωλής στάσεως».^{17[17]}

Κατά τον Ιωάννη Κορνάρη, ο σύγχρονος άνθρωπος χρειάζεται, σήμερα ίσως περισσότερο από ποτέ, «θαυμαστόν σύμβουλον» για μια ουσιαστική και βαθιά κατανόηση του υπαρξιακού του προβλήματος, «σοφόν αρχιτέκτονα» για μια έγκυρη ενημέρωση για τη δομή και τη λειτουργία του προσωπικού του ψυχοδυναμισμού και «συνετόν ακροατήν» για να γνωρίζει και να μπορεί να τον ακούει και να κατανοεί φωτιστικά τους κραδασμούς της προσωπικής του τραγωδίας. Ζητάει όντως τον επιστήμονα ηγούμενον, ο οποίος κατά τον όσιο Νείλο «ου ραδίως βρίσκειται».^{18[18]}

Η Εκκλησία, ως Σώμα Χριστού, οφείλει να απαντά συνεχώς μέσα από την ποιμαντική της στο ερώτημα: «Υμείς δε τίνα με λέγεται είναι;» (Ματθ. 16,15). Το ερώτημα αυτό απευθύνεται στην Εκκλησία ως σύνολο λαϊκών και κληρικών αλλά και στον καθένα και την καθεμία προσωπικά, αδιάλειπτα και αδιάκοπα σε κάθε χρόνο και τόπο και από την απάντησή μας θα πιστοποιείται εις τους αιώνες η αυθεντικότητα του χριστιανικού μας φρονήματος ή το αντίθετο.

^{16[16]} «Αντί Προλόγου», *Διάβαση* (θέμα Πτώση), 13, 1998, σελ. 4.

^{17[17]} «Εξομολόγηση», *Διάβαση*, 22, 1999, σελ.7-8.

^{18[18]} «Ποιμαντική συμβουλευτική και ποιμαντικός σύμβουλος», *Διάβαση* 22, 1999, σελ. 11-13.