



ΣΧΟΛΗ ΑΝΘΡΩΠΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΣΤΗΜΩΝ

ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ

Ορθόδοξη Χριστιανική Θεολογία και Θρησκευτικός
Πλουραλισμός

Διπλωματική Εργασία

« Η ανθρώπινη ψυχή και η ίασή της, σύμφωνα με τους Πατέρες της
Ορθόδοξης Εκκλησίας »

Άννα Παττίχη Ιωακείμ

Επιβλέπων καθηγητής Α΄: Αρχιμανδρίτης Αρίσταρχος Βασίλειος Γκρέκας

Επιβλέπων καθηγητής Β΄: Χρήστος Καραγιάννης

Παραλίμνι, Ιούνιος 2023

© Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο, 2023

Η παρούσα Εργασία καθώς και τα αποτελέσματα αυτής, αποτελούν συνιδιοκτησία του ΕΑΠ και της φοιτήτριας, ο καθένας από τους οποίους έχει το δικαίωμα ανεξάρτητης χρήσης, αναπαραγωγής και αναδιανομής τους (στο σύνολο ή τμηματικά) για διδακτικούς και ερευνητικούς σκοπούς, σε κάθε περίπτωση αναφέροντας τον τίτλο και το συγγραφέα της Εργασίας καθώς και το όνομα του ΕΑΠ όπου εκπονήθηκε.



«Η ανθρώπινη ψυχή και η ίασή της, σύμφωνα με τους Πατέρες της
Ορθόδοξης Εκκλησίας»

Άννα Παττίχη Ιωακείμ

Επιτροπή Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπων Καθηγητής:

Αρχιμανδρίτης Αρίσταρχος Βασίλειος
Γκρέκας

Συν-Επιβλέπων Καθηγητής:

Χρήστος Καραγιάννης

Παραλίμνι, Ιούνιος 2023

Στους πνευματικούς μου πατέρες.

...Γνώρισόν μοι, Κύριε, ὁδὸν ἐν ἣ πορεύσομαι, ὅτι πρὸς σὲ ἤρα τὴν ψυχὴν μου...¹

¹ Ψαλμ. 142,8

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Σε μια ευδαιμονιστική εποχή στην οποία η τεχνολογία, η ταχύτητα και ο καταγιγισμός ειδήσεων δεν αφήνουν πολλά περιθώρια για αυτογνωσία, η ψυχολογία και η ψυχιατρική βρίσκονται όσο ποτέ άλλοτε στο προσκήνιο και παρ' όλες τις αμέτρητες καινούργιες μεθόδους, φάρμακα κι ανακαλύψεις τις οποίες με κάθε καλή θέληση προβάλλουν και προσφέρουν, η ανθρωπότητα, κι αυτή όσο ποτέ άλλοτε, απομακρύνεται από πολλές αξίες και ιδανικά.

Στο βωμό των καλουμένων ανθρωπίνων δικαιωμάτων, τα οποία καλύπτουν σύνολα με κοινά χαρακτηριστικά, η έννοια της προσωπικής υπόστασης έχει αλλοιωθεί, με αποτέλεσμα τη μαζικοποίηση του πλήθους. Σε μια παγκοσμιοποιημένη κοινωνία, της οποίας μέλημα αποτελεί η επιστημονική, κοινωνικοοικονομική ευμάρεια και η εξωτερική εικόνα, το ανθρώπινο βάθος και ήθος, έχουν παραμεριστεί.

Ο σύγχρονος άνθρωπος προσπαθεί να διασώσει τον εαυτό του μέσω του εαυτού του, όπως και οι πρωτόπλαστοι δηλαδή, ακολουθώντας φιλοσοφικά ρεύματα καθώς και «δίδαχές» ανθρώπινης προέλευσης. Η πρόνοια όμως του Θεού, εμποτίζει μυστικά τα πάντα. Εάν ο άνθρωπος ενεργοποιήσει την αυτογνωσία και την αυτοκριτική του, θ' αρχίσει να λειτουργεί η ηθική του, χαρακτηριστικό γνώρισμα της εικόνας (της Εικόνας) του Δημιουργού του. Αν εξαγορεύσει τα ατοπήματα και τις αδυναμίες του και με συνεχή μετάνοια κενώσει τον εαυτό του κατά το Πρότυπό του, με τη Χάρη του Αγίου Πνεύματος, θα οδεύσει προς την πραγματική ελευθερία. Η φύση του ανθρώπου είναι καλή λίαν, όταν θέσει σε λειτουργία το κατ' εικόνα, με όλες τις αρετές τις οποίες αυτό περικλείει. Τότε μπορεί να καταστεί ηθικός.

Όταν κάποιος βρει καταφυγή στις σελίδες του βιβλίου : «Βίος και Λόγοι του Γέροντος Πορφυρίου του Κausοκαλυβίτου» , ο άγιος θα τον πάρει απαλά από το χέρι και θα τον οδηγήσει νοερά μαζί του², όταν πασιχαρής και συνεπαρμένος

² Γέροντος Πορφυρίου Κausοκαλυβίτου, *Βίος και Λόγοι*, Ιερά Μονή Ζωοδόχου Πηγής – Χρυσοπηγής, Χανιά, Κρήτη, 2006, σελ.179. «Ήταν Πάσχα. Ανέβηκα μόνος μου στο βουνό προς τον Άθω, περίπου στα οχτακόσια μέτρα. Είχα μαζί μου την Παλαιά Διαθήκη κι έβλεπα το γαλάζιο και καθαρό ουρανό, την απέραντη θάλασσα, που δεν είχε τέλος, τα δέντρα, τα πουλιά, τις

κραυγάζει με ανοικτά τα χέρια, «Χριστός Ανέστη!». Θα συνειδητοποιήσει τότε, πως η παιδικότητα και η αθωότητα όχι μόνο μπορούν να βρουν χώρο σε μια ενήλικη καρδιά, αλλά και να την καταστήσουν έμπληη αγάπης.

Θ' αρχίσουν τότε να του αποκαλύπτονται οι απαντήσεις σε ερωτήματα στα οποία η ψυχολογία, δε θα σταθεί ποτέ ικανή να τις προσφέρει. Απαντήσεις - βάλαμα τα οποία μόνο η ζωντανή ορθόδοξη θεολογία μπορεί να παρέχει, προς ωφέλεια, ειρήνη, ίαση και σωτηρία της ψυχής!

Θεωρώ ευλογία, τιμή αλλά και τεράστια ευθύνη, το γεγονός ότι ασκώ το λειτούργημα του εκπαιδευτικού. Η μεγαλύτερη ευτυχία για ένα δάσκαλο, έγκειται στην αμοιβαία αγάπη και το σεβασμό από και προς τους μαθητές του. Οι θεολογικές γνώσεις και πόσο μάλλον αυτές περί της ανθρώπινης ψυχής είναι το σημαντικότερο εφόδιο στην επίγειά μας διαδρομή. Γι' αυτό και οφείλουμε ν' ανακαλύψουμε ανεπαίσθητους, αλλά αποτελεσματικούς τρόπους να τις μεταλαμπαδεύουμε στις αθώες ψυχές. Να φυτέψουμε – κατά το ανθρωπίνως δυνατόν - το σπόρο της ελπίδας και της παρηγοριάς, τον οποίο μόνο ο Χριστός παρέχει. Σε κάποια στιγμή, σίγουρα, θα τις ανακαλέσουν.

Ευχαριστώ τους καθηγητές μου κ. Γεώργιο Φίλια, κ. Χρήστο Τερέζη, κ. Γεώργιο – Νεκτάριο Λόη και κ. Αθανάσιο Παπαθανασίου για όλες τις γνώσεις τις οποίες αποκόμισα χάριν σ' αυτούς, αυτά τα χρόνια. Για το αστείρευτο ενδιαφέρον τους και την αγάπη, για όλα όσα ακούραστα προσφέρουν.

Ευχαριστώ θερμά και τους επιβλέποντές μου στη διπλωματική μου εργασία, κ. Χρήστο Καραγιάννη και ιδιαίτερα – ας μου επιτραπεί- τον Πανοσιολογιότατο Αρχιμανδρίτη πατέρα Αρίσταρχο Βασίλειο Γκρέκα. Για την πάντα άμεση και πολύτιμη ανταπόκριση, καθοδήγηση και βοήθειά του σε οποιανδήποτε ερώτηση ή απορία.

Ευχαριστώ την οικογένειά μου για τη συμπαράσταση και την υπομονή, σε όλο αυτό το ταξίδι των πέντε χρόνων, μέχρι την ολοκλήρωση του Μεταπτυχιακού μου Προγράμματος στη Θεολογία, στο Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.

πεταλούδες, τις ομορφιές και φώναξα δυνατά, γεμάτος ενθουσιασμό: Χριστός Ανέστη! Καθώς το έλεγα από τη λαχτάρα μου άνοιξα τα χέρια...»

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Ο άνθρωπος πλάστηκε κατ' εικόνα και καθ' ομοίωσιν του Δημιουργού. Σύνθετος από σώμα και ψυχή, τα οποία δημιουργούνται ταυτόχρονα από την πρώτη στιγμή της σύλληψης και αλληλοπεριχωρούνται.

Με την παρακοή η οποία είχε ως αποτέλεσμα τη πτώση του Αδάμ και την εκδίωξη των πρωτοπλάστων από τον Παράδεισο, η ψυχή απομακρύνθηκε από το Θεό και η ανθρώπινη φύση κατέστη πεπτωκυία. Δε μπορεί να λειτουργήσει κατά τη φύση που είναι πλασμένη, αλλά αφού σκοτίστηκε από τα πάθη, αμαύρωσε την ιδιότητα του κατ'εικόνα.

Η ψυχή αποτελείται από τρεις δυνάμεις σύμφωνα με τους Πατέρες. Το λογιστικό, το θυμικό και το επιθυμητικό. Σύμφωνα με τον Γρηγόριο τον Παλαμά, επειδή η ψυχή είναι ενιαία, όταν κάποια δύναμη αρρωστήσει, ακολουθούν και οι άλλες. Μετά τη πτώση, το θυμικό και επιθυμητικό (μαζί παθητικό) έχουν στραφεί στα κτίσματα γι' αυτό και ο νους, το ηγεμονικό, το μάτι της της ψυχής, έχει χάσει την επαφή του με το λογικό και ταυτίστηκε με τη διάνοια. Ο άνθρωπος προσπαθεί μάταια ν' αντλήσει χαρά από την ύλη.

Οι Πατέρες οδηγούν στην ασφαλή χαραγμένη από τα βήματα του Ιησού Χριστού οδό, η οποία μπορεί να βγάλει τον άνθρωπο από τα αδιέξοδα.

Με την άσκηση, τη μετάνοια, την εγκράτεια, την ταπείνωση, την αγάπη προς τον Θεό και τον πλησίον, την προσευχή και τη συμμετοχή του στα Μυστήρια της Εκκλησίας θα μπορέσει ο άνθρωπος να ελευθερωθεί από τα πάθη και την αμαρτία, να οδηγηθεί στην απάθεια και με τη Χάρη του Αγίου Πνεύματος, αν αξιωθεί, να γίνει μέτοχος στη θέα του Θεού, τη θέωση. Να φτάσει στο καθ' ομοίωσιν και να γίνει Υιός Θεού κατά χάριν.

Λέξεις κλειδιά: κατ' εικόνα, καθ' ομοίωσιν, ψυχή, νους, πεπτωκυία φύση, ίαση.

ABSTRACT

Man was created in the image and likeness of the Creator. Composed of body and soul(psyché), which are created simultaneously from the first moment of conception and interpenetrate one another. (Alleloperichoresis).

With the disobedience which resulted in the fall of Adam and the expulsion of the firstborn from Paradise, the soul was alienated from God and human nature became fallen (peptokyea).

It cannot function according to the nature that is forged, but since it was darkened by the passions, it tarnished its status as an image of God.

The soul consists of three powers according to the Fathers. The logical, the emotional and the desirable. According to Gregorios Palamas, because the (psyché) soul's powers are joined - up, when one power becomes ill, the others follow. After the fall, the emotional and desiring powers (along: passive part of the soul) have turned to the edifices and therefore, nous the hegemonic (or the eye) of the soul, lost its contact with the logical power and became identified with the intellect. Man tries in vain to derive joy from the matter.

The Holy Fathers lead to the safe path carved by the footsteps of Jesus Christ, which can lead people out of dead ends.

An outline of three widespread methods of psychotherapy is attempted and in comparison with the applied psychology of the Fathers, it is demonstrated that the healing of the human soul can only be carried out in synergy with the Word (Logos) of creation, Jesus Christ.

Through exercise, repentance, temperance, humility, love for God and another living being, prayer and participation in the Holy Mysteries of the Church, man will be able to free himself from passions and sins, be led to apathy and with

Grace of the Holy Spirit, if he deserves it, to become a sharer in the sight of God- Théosis. To reach the likeness of God and become a son of God by grace.

Key words: in image, in likeness, soul(psyché), mind (nous), fallen nature (peptokyéa), healing.

ΒΡΑΧΥΓΡΑΦΙΕΣ

AB	Ανάλεκτα Βλατάδων, Θεσσαλονίκη.
ΒΕΠ	Βιβλιοθήκη Ελλήνων Πατέρων και Εκκλησιαστικών Συγγραφέων
ΕΠΕ	Έλληνες Πατέρες της Εκκλησίας
CPG	Clavis Patrum Graecorum, v II, BrePols – Turnhout 1974.
Amb	Ambigorum liber (Μαξίμου Ομολογητού)
CCSG	Corpus Christianorum Series Graeca
PG	Patrologia Graeca.
SC	Sources Chrétiennes

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	VI
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	VIII
ABSTRACT.....	IX
ΒΡΑΧΥΓΡΑΦΙΕΣ.....	XII
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ.....	XII
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	1

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ – Η ΨΥΧΗ

1.1. Η δημιουργία του ανθρώπου ως ψυχοσωματική ενότητα.....	6
1.2. Η ψυχή.....	9
1.3. Οι δυνάμεις της ψυχής.....	11
1.4. Ο νους.....	12
1.5. Η ασθένεια του νου.....	15

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

Η ΠΟΡΕΙΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΙΑΣΗ

2.1. Η παρά φύσιν κατάσταση της ψυχής.....	19
2.2. Οι λογισμοί και οι αιτίες αυτών.....	21
2.3. Τα πάθη.....	25
2.4. Η θεραπεία από τα πάθη.....	28
2.5. Ο Ιησούς Χριστός ο Ιατρός των ψυχών και των σωμάτων.....	29
2.6. Η Μετάνοια.....	30
2.7. Η Ιερά Εξομολόγηση.....	33
2.8. Ο πνευματικός πατέρας.....	35
2.9. Η προσευχή και η προσευχή του Ιησού Νοερά ή Καρδιακή προσευχή.....	36

2.10. Η Εκκλησία.....	38
2.10.1. Το άγιο βάπτισμα και το χρίσμα.....	39
2.10.2. Η Θεία Κοινωνία.....	41
2.11. Η νήψη.....	43
2.12. Η ησυχία.....	43
2.13. Η Άσκηση.....	44
2.14. Οι προϋποθέσεις και η διαδικασία για τη θεραπεία του νου – της ψυχής.....	45
2.15. Η τελείωση ή η θέωση.....	46

ΚΕΦΑΛΑΙΟ III

ΜΠΟΡΕΙ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΝΑ ΕΝΕΡΓΗΣΕΙ ΣΤΟΝ ΠΥΡΗΝΑ ΤΗΣ ΥΠΑΡΞΗΣ;

3.1. Η ψυχο-γνωσία. Η εφαρμοσμένη ψυχολογία από τους Πατέρες της Εκκλησίας Η πραγματική ψυχολογία του βάθους.....	49
3.2. Η σημερινή εποχή.....	52
3.3. Η μοναξιά στο σύγχρονο κόσμο.....	52
3.4. Πώς κατανοείται η ψυχολογία.....	54
3.5. Πώς κατανοείται η ψυχοθεραπεία.....	54
3.6. Οι απαρχές και η εξέλιξη της ψυχολογίας.....	55
3.7. Ψυχολογία του βάθους στη σύγχρονη εποχή.....	59
3.8. Σχετικά με τον Jung.....	60
3.9. Η θεωρία του Freud και η έννοια του ασυνειδήτου.....	62

3.10. Η γνωστική-συμπεριφορική θεραπεία.....	64
ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	69
ΕΠΙΛΟΓΟΣ.....	71

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΠΙΝΑΚΕΣ – ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ

Πίνακας 1. Σωματικές – ψυχικές δυνάμεις και οι συνέπειες ταύτισης.....	74
Σχεδιάγραμμα 1. Πώς ο άνθρωπος οδηγείται στα πάθη.....	75
Οι 8 λογισμοί της κακίας (παθών) και τα στάδια προς την αιχμαλωσία.....	76
Πίνακας 2. Αντιμετώπιση των 8 λογισμών της κακίας.....	77
Πίνακας 3. Ψυχικές και σωματικές αρετές.....	78
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	80

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

«Ποίοι είναι αυτοί οι Χωμάτινοι, που βλέπουν χαμαί και ποιοί είναι αυτοί οι Άνθρωποι, που βλέπουν προς τα επάνω; Αυτοί που δε γνωρίζουν τι είναι η φρόνηση και τι η αρετή, αλλά παίρνουν πάντα μέρος σε πλούσια φαγοπότια και τα συναφή, κατευθύνονται συνεχώς προς τα κάτω[...]στη γη και στα τραπέζια χορταίνουν με τροφές και σαρκικές απολαύσεις το σώμα τους αλλά όχι την πλεονεξία τους, που εξ αιτίας αυτής κλοτσιούνται και χτυπιούνται θανάσιμα και στο τέλος αλληλοσκοτώνονται από την απληστία τους, επειδή δεν προσπαθούν να γεμίσουν με ουσία το μέρος εκείνο του εαυτού τους, που μετέχει στο όντως όν και μπορεί να δεχτεί πλήρωση»³.

Ψήγματα αληθείας εμπεριέχονται στα γραπτά τα οποία μάς κληροδότησαν οι Αρχαίοι πρόγονοι. Σπερματικός λόγος κατά τους Πατέρες. Στα κείμενα της Αγίας Γραφής, η οντολογία παίρνει πραγματικά σάρκα και οστά. Στα λόγια των Πατέρων εμφανίζεται σύσσωμη στο πρόσωπο του Κυρίου μας⁴.

Ο Απόστολος Παύλος διδάσκει πως ο Χριστός είναι «εικών του Θεού του αοράτου» και ο άνθρωπος εικόνας της εικόνας. Η διαπίστωση αυτή έχει σπουδαία ανθρωπολογική σημασία γιατί θέτει τον οντολογικό πυρήνα της ανθρώπινης ύπαρξης που είναι ο Χριστός⁵. Το κατ' εικόνα παρέχει στον άνθρωπο μεταξύ άλλων και τις εξής ιδιότητες: αυτεξούσιο, δυνατότητα μετοχής σε κάθε έργο καλό και αγαθό, πιστότητα ομοιότητας προς το Αρχέτυπο, πάσα αρετή, σοφία και παντός καλού ιδέα⁶.

Στα ανθρώπινα όρια, ο άνθρωπος από μόνος του, σκοτισμένος στην πεπτωκυία του φύση, δε μπορεί να καταστεί ηθικός, ούτε κι ελεύθερος. Σε μια συστηματική αποδόμηση βασικών συνεκτικών ιστών της κοινωνίας, όπως η

³ Πλάτωνος, *Πολιτεία*

[[https://gregoriusworld.blog/2018/02/28/%CE%AC%CE%BD%CE%B8%CF%81%CF%89%CF%80%CE%BF%CF%82-homo/](https://gregoriusworld.blog/2018/02/28/%CE%AC%CE%BD%CE%B8%CF%81%CF%89%CF%80%CE%BF%CF%82-homo/,), (03/02/23)].

⁴ Χρόνης Μούτσης, «Οντολογία – Φιλοσοφία και Θεολογία», [[https://www.dogma.gr/dialogos/ontologia-filosofia-kai-theologia/13461/,\(04/05/23\)](https://www.dogma.gr/dialogos/ontologia-filosofia-kai-theologia/13461/,(04/05/23))].

⁵ Φώτιος Χριστοδούλου, *Η ανθρωπολογία και η φιλοσοφία της παιδείας στο "Περί Κατασκευής Ανθρώπου" έργο του Γρηγορίου Νύσσης*, σελ.71

[[https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/45046#page/1/mode/2up,\(16/05/23\)](https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/45046#page/1/mode/2up,(16/05/23))].

⁶ Φώτιος Χριστοδούλου, *Η ανθρωπολογία και η φιλοσοφία της παιδείας στο "Περί Κατασκευής Ανθρώπου" έργο του Γρηγορίου Νύσσης*, σελ.280,

[[https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/45046#page/1/mode/2up,\(16/05/23\)](https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/45046#page/1/mode/2up,(16/05/23))].

οικογένεια, η γλώσσα, τα ήθη, τα έθιμα και η θρησκεία, άρχισε να προβάλλεται ένα νέο είδος ανθρωπολογίας⁷.

Ο εγωκεντρισμός μπορεί να προκαλέσει τον εκμηδενισμό της προσωπικότητας. Το χαμένο στο πλήθος άτομο μπορεί να μετατραπεί σε πρόσωπο, μόνο όταν σύμφωνα με την ελεύθερή του βούληση, ανοιχθεί στο συνάνθρωπο, τον αγαπήσει, έρθει σε κοινωνία μαζί του, μέσω μιας αποφασιστικής χρήσης των δυνατοτήτων της φύσης του. Η αγάπη προϋποθέτει τον άλλο. Ο καθένας γίνεται αληθινό πρόσωπο όταν σχετίζεται με άλλα πρόσωπα, ζει γι' αυτά και μέσα σ' αυτά⁸.

Τι καλείται όμως ηθική ελευθερία και τι ίαση ψυχής;

Αληθινά ελεύθερη είναι η απαλλαγμένη από τα πάθη ψυχή, η οποία ατενίζει με ανοικτό πλέον τον οφθαλμό της ψυχής - το νου - τη θεία δόξα της Βασιλείας του Κυρίου. Ηθική ελευθερία είναι η εκούσια επιλογή του αγαθού, ενεργώντας ως εικόνα του Θεού⁹. Η ψυχή η οποία έχει ιαθεί αφού προηγουμένως έχει ενοποιήσει τη θεία – άκτιστη θέληση, με την ανθρώπινη – κτιστή¹⁰, ακολουθώντας τα βήματα του Θεανθρώπου, με δική της ελεύθερη επιλογή, καθώς ο Θεός καλεί, δεν επιβάλλει.

Με αλάθητο οδηγό την του Θεού Σοφία και το φωτισμένο νου των απ' αιώνων Πατέρων, οι οποίοι με οδηγό τις εντολές του Κυρίου, κρατώντας άσβεστη στην καρδιά τη χάρη του Αγίου Πνεύματος, οφείλει ο άνθρωπος, να βαδίζει στο επίγειο ταξίδι του, ώστε να καθαρθεί ως «εικόνα» του Δημιουργού και να βαδίζει προς το «καθ' ομοίωσιν». Διότι, «ούτε ακάθατος καθρέπτης μπορεί να δεχθεί τις αντανάκλασεις των εικόνων, ούτε ψυχή που είναι κατειλημμένη από

⁷ Γεώργιος Ι. Μαντζαρίδης, «Θεογνωσία, αυτογνωσία και ηθική», [https://www.pemptousia.gr/2021/01/theognosia-aftognosia-ke-ithiki/,(04/04/23)].

⁸ Α.Γ. Μελισσάρης, *Η Ορθοδοξία και η κατάφαση του ανθρώπινου προσώπου*, στο: Α. Αυγουστίδης, Κ. Ζορμπάς, π.Β. Θερμός, Ν. Κοκοσαλάκης, Α.Μελισσάρης, Χρ.Τερέζης, *Η Ορθοδοξία ως Πολιτισμικό Επίτευγμα και τα Προβλήματα του Σύγχρονου Ανθρώπου*, Τόμος Β, (ΕΑΠ,2002) σελ.63

⁹ Αγίου Νεκταρίου Πενταπόλεως, *Περί επιμελείας ψυχής*, (Εκδόσεις Σταμούλη, Α.Ε. , Αθήνα, 2017) σελ. 12,13

¹⁰ Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Ο Άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης*, Δέκατη Έκτη Έκδοση, (Ιερά Σταυροπηγική Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2015), σελ. 204

τις βιοτικές φροντίδες και σκοτισμένη από τα πάθη του σαρκικού φρονήματος, μπορεί να υποδεχθεί τις ελλάμψεις του Αγίου Πνεύματος»¹¹.

Οι Πατέρες δε γράφουν εγχειρίδιο ηθικής, ούτε παραθέτουν γνώσεις επιστημονικές και ψυχολογικές. Καταγράφουν τους καρπούς μιας βαθιάς συνεχούς πνευματικής εμπειρίας που αποκτήθηκαν μετά από δοκιμασίες και σκληρή άσκηση πολλών ετών. Λέγει ο αββάς Ισαάκ ο Σύρος : « Αξιωθείς μεγάλων αντιλήψεων εκομισάμην εαυτώ πείραν εκ των μακρών χρόνων...Τούτων απάντων εν πείρα γέγονα».

Η πείρα τους, διδάσκει πως η ίαση της ψυχής είναι διαρκής πορεία, μετάνοιας, αυτομεμψίας, ταπείνωσης, κάθαρσης από τα πάθη, έμπρακτης αγάπης, με τελικό και κυρίαρχο προορισμό το «καθ' ομοίωσιν».

Στο πρώτο κεφάλαιο, επιχειρείται η κατανόηση και σκιαγράφηση του «συναμφοτέρου» από ψυχή και σώμα ανθρώπου, πλασμένου «κατ' εικόνα» και «καθ' ομοίωσιν» του Δημιουργού. Γίνεται προσπάθεια για περιγραφή της ψυχής καθώς και της λειτουργίας αυτής, σύμφωνα με την Ορθόδοξη χριστιανική ανθρωπολογία.

Στο δεύτερο κεφάλαιο, περιγράφεται η διάσπαση του ανθρώπου από τον εαυτό του, το Θεό και το περιβάλλον του μετά το σκοτασμό του νου, ο οποίος προκλήθηκε από το προπατορικό αμάρτημα και κατέστη «πεπτωκώς». Περιγράφονται οι κληρονομηθείσες από τους Πατέρες και την Αγία Γραφή κατευθυντήριες γραμμές, ώστε να τεθεί και πάλι σε λειτουργία το «κατά φύσιν» με τελικό σκοπό του ανθρώπου, το «υπέρ φύσιν».

Στο τρίτο κεφάλαιο γίνεται αναφορά σε δύο μεθόδους της σύγχρονης ψυχολογίας του βάθους, της ψυχανάλυσης του Freud (1856-1939) καθώς και της αναλυτικής θεραπείας του Jung (1875 – 1961) , καθώς και στην γνωστική – συμπεριφορική θεραπευτική μέθοδο του Beck (1921 – 2021) , η οποία εστιάζει στο παρόν, κι όχι στην προσπάθεια ανάδυσης απωθημένων από το υποσυνείδητο στο ενσυνείδητο. Όλες αντιπαραβάλλονται με την βιωματική Πατερική ψυχολογία του βάθους και επιχειρείται η δημιουργία μίας βάσης

¹¹ Μ.Βασιλείου, Επιστολή 210, *Προς τους λογιωτάτους της Νεοκαισαρείας*, ΕΠΕ 3, σελ. 188. Βενεδίκτου Ιερομονάχου Αγιορείτου, *Τα πάθη και θεραπεία τους*, (Έκδοσις Συνοδεία Σπυρίδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκήτη Αγίου Όρους, 2006).

κοινών αλλά και διαφορετικών στοιχείων η οποία προκύπτει από τη σύγκρισή τους.

Ας προηγείται ο Θεός σε όσα λέμε και σκεφτόμαστε, ο μοναδικός νους όσων νοούν και όσων νοούνται, ο λόγος όσων λέγουν κι όσων λέγονται, η ζωή όσων ζούνε κι όσων ζωοποιούνται, που είναι και γίνεται τα πάντα για τα πάντα¹².

¹² Αγίου Μάξιμου Ομολογητού, *ΜΥΣΤΑΓΩΓΙΑ*, (Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, Αθήνα, Έκδ. Γ', 1997), σελ.101.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ - Η ΨΥΧΗ

1.1 Η δημιουργία του ανθρώπου ως ψυχοσωματική ενότητα

Τα πάντα δημιουργήθηκαν εκ του μη όντως, δια του Λόγου, εκ του οποίου πηγάζουν οι λόγοι των κτισμάτων. Το κέντρο στο οποίο τείνουν τα δημιουργήματα με τη δική τους σειρά, ως προς το απώτερό τους τέλος¹³, στον τελικό τους σκοπό. Απονέμεται στον άνθρωπο, όχι μόνο το «είναι», αλλά και το «ευ είναι», η τάση προς το αγαθόν, το τέλειο¹⁴.

Κατά την έκτη μέρα, στο βιβλίο της Γένεσης, παρουσιάζεται ο Θεός, λέγοντας : «Ποιήσωμεν άνθρωπον κατ' εικόναν ημετέραν και καθ' ομοίωσιν»¹⁵, με τις δύο του «χειρές», όπου σύμφωνα με τον Άγιο Ειρηναίο, τον Υιό και το Άγιο Πνεύμα¹⁶.

Ως σύνθεση και δεσμός ενώσεως της αισθητής με τη νοητή φύση¹⁷, πλάθοντας συγχρόνως το σώμα και τη ψυχή, με τρόπο μοναδικό για τον καθένα, σύμφωνα όμως με τη δική του εικόνα και τη δυνατότητα να μοιάσει με Αυτόν. Πλάθοντας από τη γη το σώμα, δίνοντάς του με το εμφύσημα ψυχή λογική και πνευματική-θεία εικόνα. Το κατ' εικόνα φανερώνει το νοερόν και το αυτεξούσιο το δε «καθ' ομοίωση» φανερώνει την ομοίωση ως προς την αρετή¹⁸.

«Και έπλασεν ο Θεός τον άνθρωπον, χουν από της γης, και ενεφύσησεν εις το πρόσωπον αυτού πνοήν ζωής, και εγένετο ο άνθρωπος εις ψυχήν ζώσαν». Αποκαλύπτεται στο βιβλικό αυτό χωρίο, η διπλή σύσταση της ανθρώπινης

13 Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος», σελ. 111.

14 Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ.113.

¹⁵ Γεν. 1,26.

16 Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος», σελ 114.

¹⁷ Γρηγορίου του Νανζιανζινού, *Λόγος 38, PG. 36, 321*. Ιωάννη Δαμασκηνού, *Έργα 1*, (Θεσσαλονίκη: Πατερικά Έκδόσεις Γρηγόριος Παλαμάς, Εκδοτικός Οίκος Ελευθέριου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», 1978), σελ. 211.

¹⁸ Ιωάννη Δαμασκηνού, *Έργα 1*, (Θεσσαλονίκη: Πατερικά Έκδόσεις Γρηγόριος Παλαμάς, Εκδοτικός Οίκος Ελευθέριου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», 1978), σελ. 211.

ύπαρξης, η ψυχή δηλαδή και το σώμα¹⁹. Ο Αδάμ κατέστη βασιλέας και κύριος της «ορωμένης κτίσεως», ανώτερος από κάθε άλλο δημιουργήμα και ηγεμόνας, ως μοναδικό κτίσμα²⁰, λέει ο Μέγας Αθανάσιος.

Σύμφωνα με τον Γρηγόριο Νύσσης, το ρήμα «εποίησεν», αναφέρεται στο νοερό μέρος του ανθρώπου, την ψυχή, ενώ το «έπλασε» στο αισθητό, το σώμα²¹. Είναι ο άνθρωπος αποτελούμενος από ύλη και ψυχή, «ον σύνθετον»²², «μεικτόν... εκ δύο ουσιών συστησάμενος»²³. Οι δύο αυτές ουσίες, το σώμα - ύλη και η ψυχή – πνεύμα, καθιστούν αυτόν, συνδυετικό κρίκο μεταξύ υλικού και πνευματικού κόσμου, σύνδεσμο μεταξύ «αοράτου τε και της ορατής φύσεως»²⁴. Το «κατ' εικόνα» το οποίο εμφανίζεται πρωτίτερα χρονικά, είναι αρχηγικότερον από το «καθ' ομοίωσιν» το οποίον υπάρχει σπερματικώς κι εν δυνάμει στο πρώτο²⁵.

Ο Γρηγόριος Νύσσης ξεκαθαρίζει την ταυτόχρονη δημιουργία της ψυχής με το σώμα, με το λόγο του : « Κατασκευή του μίαν και την αυτήν ψυχή τε και σώματι την αιτίαν της υπάρξεως είναι. Αλλ' ενός όντως του ανθρώπου, του δια της ψυχής τε και του σώματος συνεστηκότος, μίαν αυτού και κοινήν της συστάσεως

¹⁹ Γέν. 2,7, Ολυμπία Παπαδοπούλου – Τσανανά, *Η ανθρωπολογία του Μεγάλου Βασιλείου*, εκδ. Πατριαρχικού Ιδρύματος Πατερικών Μελετών, Θεσσαλονίκη 1970, σ. 35 Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 156.

²⁰ Αθανασίου Μεγάλου, *Προς Αντίοχον Άρχοντα*, PG28, 608A. Ιωάννου Δαμασκηνού, *Έκδοσις Ακριβή της Ορθοδόξου Πίστεως*, PG 94,921 A. Αθηναγόρα, *Περί Αναστάσεως νεκρών*, PG6, 1000B, Γρηγορίου Νύσσης, *Αντιρρητικός προς τα Απολλιναρίου*, 54, PG 45, 1253C-1256A, Συμεών Νέου Θεολόγου, *Ηθικός 1*, α', 19-25, SC 122, σ. 174, Γρηγορίου Νύσσης, *Περί κατασκευής του ανθρώπου Γ'*, PG44 133CD. Γρηγορίου Νύσσης, *Περί κατασκευής του ανθρώπου*, ΕΠΕ 5, Πατερικά Εκδόσεις «Γρηγόριος ο Παλαμάς», Θεσσαλονίκη 1987, σελ. 56, Γεν. 1,26-28. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ.147

²¹ Γρηγορίου Νύσσης, *Ποιήσωμεν άνθρωπον κατά εικόναν ημετέραν και ομοίωσιν*, PG44, 280D, Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ.158

²² Βασιλείου Μεγάλου, *Εις Ησαΐαν*, 1, 13, PG 30, 140, Ψαλμ. 32, 6, PG, 29, 337, Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 148

²³ Ιωάννου Χρυσοστόμου, *Εις Γένεσιν*, Ομιλία, 14, 5, PG 53, 117, Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ.148

²⁴ Γρηγορίου Ναζιανζηνού, *Λόγος*, 38, 11, PG 36, 317,. Ιωάννου Καρμίρη, *Σύνοψις της Δογματικής Διδασκαλίας της Ορθοδόξου Καθολικής Εκκλησίας*, Αθήνα 1960, σ.27. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ.148.

²⁵ Γρηγορίου Νύσσης, *Μυστική Θεολογία*, Επιλογή Κειμένων, Εισαγωγή – Μετάφραση, Αρχιμ. Παγκρατίου Μπρούσαλη, (Κατερίνη: Εκδόσεις Επέκταση, 1997), σελ. 13.

την αρχή υποτέθειται, ως αν μη αυτός εαυτού προγενέστερος τε και νεότερος γένοιτο, του μεν σωματικού προτερεύοντος εν αυτώ, του δε ετέρου εφυστερίζοντος»²⁶.

Ο δε Ιωάννης Δαμασκηνός με το «η δε ψυχή συνδέεται το σώματι όλη όλω και ου μέρος μέρει και ου περιέχεται υπ' αυτού, αλλά περιέχει αυτό», αποκαλύπτει πως η ψυχή είναι παρούσα σε κάθε κύτταρο του σώματος, καθώς και το γεγονός πως δεν περιέχεται αυτή στο σώμα, αλλά το σώμα περιχωρείται σ' αυτήν²⁷.

Ο οργανικός αυτός δεσμός και η αλληλεπίδραση γίνονται ακόμη πιο σαφείς με το λόγο του Μεγάλου Βασιλείου: «το σώμα φέρει και εκφράζει τη ψυχή, αυτή δε ζωοποιεί και κυβερνά το σώμα ρυθμίζουσα γενικώς τη διαγωγή του ανθρώπου»²⁸.

Η ψυχή είναι ενωμένη με το σώμα κατά άρρητο τρόπο, ώστε «αμίκτως και ασυγχύτως» να έχουν συγκραθεί στον έναν άνθρωπο²⁹, με τρόπο τέτοιο ώστε το σώμα να παίρνει δύναμη και ζωή από την ψυχή, η δε κατάσταση στην οποία τελεί το σώμα, να επιδρά στη ψυχή³⁰.

Η ένωση σώματος και ψυχής συντελείται «εξ άκρας συλλήψεως»³¹. Ο Αναστάσιος Σιναΐτης ξεκαθαρίζει: «ου γαρ άνθρωπον άψυχον σπείρει εν τη μήτρα ο άνθρωπος, αλλά τέλειον ερχόμενον έμψυχον άνθρωπον. Ούτε γαρ

²⁶ Γρηγόριος Νύσσης, *Περί κατασκευής του ανθρώπου*, PG44, 233-340, Νίκη Νικολάου, «Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση», [https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/, (10/05/23)].

²⁷ Ιωάννης Δαμασκηνός, *Έκδοσις Ακριβής της Ορθοδόξου Πίστεως*, σελ. 86, Νίκη Νικολάου, «Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση», [https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/, (10/05/23)].

²⁸ Ολυμπία Παπαδοπούλου – Τσανανά, *Η ανθρωπολογία του Μεγάλου Βασιλείου*, σελ. 40, Νίκη Νικολάου, «Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση», [https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/, (10/05/23)].

²⁹ Ιωάννου Δαμασκηνού, *Έκδοσις ακριβής της Ορθοδόξου Πίστεως*, PG94, 853A, PG 94, 1049. Κλήμεντος Αλεξανδρείας *Στρωματείς*, 6,15, PG9, 516B,13. Βασιλείου του Μεγάλου, *Ομιλία Γ', Εις το Πρόσεχε σεαυτώ*, PG31, 215, Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022), σελ. 157.

³⁰ Αλεξάνδρου Μαρσέλου, «Ο Μέγας Βασίλειος ως ιατρός», *Βασιλείας, εόρτιος τόμος επί τη συμπληρώσει 1600 ετών από του θανάτου του Μεγάλου Βασιλείου*, εκδ. Ιεράς Μητροπόλεως Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη 1979, σ.193, Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ.157

³¹ Γεράσιμος Ζαφειρης, *Αι αμβλώσεις και η Ορθόδοξος Εκκλησία, Θέσις και αντίθεσις*, σ.36, Νίκη Νικολάου, «Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση», [https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/, (10/05/23)].

σώμα προ της ψυχής υφίστατο, ούτε ψυχή προ του σώματος»³². Ο δεσμός αυτός διασπάται με το σωματικό θάνατο, παρ' όλ' αυτά όμως «ακόμη και μετά το θάνατο, η σχέση αυτή παραμένει αναλλοίωτη»³³.

Γράφει χαρακτηριστικά ο άγιος Νεκτάριος : «Ενώ όλη η κτίση δημιουργείται και προέρχεται εκ του μηδενός, δια μόνη την εξωτερίκευση ενός λόγου και δια της βουλής Του Θεού, μόνον ο άνθρωπος διαπλάσσεται κατά το σώμα δια των χειρών Αυτού, και μόνος αυτός λαμβάνει ψυχήν ζώσα, πλαστουργημένη θείου εμψυσμήματος και αποβαίνει κατ' εικόνα και ομοίωσιν του πλάσαντος αυτόν»³⁴.

1.2. Η ψυχή

Η ψυχή αποτελεί αδιαίρετη ένωση ουσίας και ενέργειας³⁵.

Η ψυχή είναι σύμφωνα με τον Γρηγόριο Νύσσης, «ουσία γεννητή, ουσία ζώσα, νοερά, σώματι οργανικώ και αισθητικώ, δύναμιν ζωτικήν και των αισθητών αντιληπτικήν δι' εαυτής ενιούσα, έως αν η δεκτική τούτων συνέστηκε φύσις»³⁶.

Η ψυχή είναι έννοια ταυτόσημη του πνεύματος, και αναφέρεται στο δια κατ' εικόνα εμψυσμήματος³⁷ του Θεού, δημιουργηθείσας της πνευματικής φύσης του ανθρώπου, δηλαδή της κατ' εικόνα του Θεού πλασθείσας ψυχής³⁸. Αυτή η πνοή

³² Γεράσιμος Ζαφείρης, *Αι αμβλώσεις και η Ορθόδοξος Εκκλησία, Θέσις και αντίθεσις*, σ.36, Νίκη Νικολάου, «Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση», [https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/, (10/05/23)].

³³ Σωκράτης Ι. Ανδρέου, *Φύση και γνώμη κατά τον Άγιο Μάξιμο τον Ομολογητή*, (Λευκωσία : Γραφικές Τέχνες «ΑΒΕΛ», 2011) σελ.75 Νίκη Νικολάου, «Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση», [https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/, (10/05/23)].

³⁴ Αγίου Νεκταρίου Μητροπολίτου Πενταπόλεως, *Περί Ψυχής -Υποτύπωσις περί ανθρώπου*, (Αθήναι, 1893), Αγίου Νικοδήμου Αγιορείτου, *Φυλακτήριον της Ψυχής- Πνευματικά Γυμνάσματα (1800)*, Κείμενο και απόδοση στη Νεοελληνική, *Νήψη και Ανάνηψη Ψυχής* (Αθήνα : Εκδόσεις Παρηρσία, Α' Έκδοση : 2017)

³⁵ Γρηγορίου Παλαμά, *Φιλοκαλία Δ', λ', λα', λβ', λγ' .*, σελ.143 – 144. Νεκταρίου Θεοχαράκη, *Ψυχολογία του βάθους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ. 42. [https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up_, (05/06/23)].

³⁶ Γρηγόριος Νύσσης, *Περί ψυχής και αναστάσεως ο λόγος, PG46*, 29B, Νίκη Νικολάου, «Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση», [https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/, (10/05/23)].

³⁷ Συμεών Νέου Θεολόγου, *Ηθικός*, 13, 132 – 133, SC 129, σελ.410. Θεολογικός 1, 184 – 185, SC 122, σελ. 110. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 157.

«Η πνοή ζωής που ενεφύσησε ο Θεός στο σώμα ως χάρισμα, η πνοή, η ζωή, η ψυχή, ο νους και ο λόγος».

³⁸ Αγίου Νεκταρίου Μητροπολίτου Πενταπόλεως, *Περί Ψυχής -Υποτύπωσις περί ανθρώπου*, (Αθήναι, 1893), Αγίου Νικοδήμου Αγιορείτου, *Φυλακτήριον της Ψυχής- Πνευματικά Γυμνάσματα (1800)*, Κείμενο και απόδοση στη Νεοελληνική, *Νήψη και Ανάνηψη Ψυχής* (Αθήνα : Εκδόσεις Παρηρσία, Α' Έκδοση : 2017) σελ. 15

ζωής χαρίζει στον άνθρωπο μια συγγένεια, μια εγγύτητα με το Θεό και δίνει τη δυνατότητα στον άνθρωπο να έχει κοινωνία με το Θεό. Να μιλά πρόσωπο με πρόσωπο με το Θεό, να θεωρεί το νοερό ήλιο, το Χριστό, γιατί έχει νοερά ψυχή³⁹.

Η φυσική κατάσταση της ψυχής είναι η γνώση των αισθητών και νοητών κτισμάτων, ενώ η παρά φύση είναι η κίνηση προς τα πάθη. Υπερφυσική είναι η κίνηση της θεωρίας της υπερουσίου Θεότητας⁴⁰.

Ο Ιωάννης Δαμασκηνός: «Η ψυχή είναι ζώσα ύπαρξις, απλή και ασώματος, αόρατος με τους σωματικούς οφθαλμούς κατά τη φύσιν της, αθάνατος, λογική και πνευματική, άμορφος που κατοικεί σε οργανικόν σώμα και παρέχει σ' αυτόν ζωή και την αύξηση και την αίσθηση και τη γέννηση, η οποία δεν έχει το νουν ως κάτι διαφορετικόν από τον εαυτό της, αλλά ωςάν το καθαρότερο στοιχείο της. Διότι όπως είναι ο οφθαλμός εις το σώμα, έτσι είναι και ο νους εις τη ψυχή»⁴¹.

Ο Γρηγόριος Παλαμάς αναφερόμενος στον όρο «ψυχή ζώσα», διευκρινίζει: «Τι δε εστί ζώσαν; Αείζων, αθάνατον, ταυτόν δ' ειπείν λογικήν η γαρ αθάνατος λογική – και ου τούτο μόνον, αλλά κεχαριτωμένην θείως»⁴². Δηλαδή ζει αιωνίως, είναι επομένως αθάνατη, λογική και κυρίως ενοικεί εντός της η χάρη του Θεού. Τα «φύσει» χαρακτηριστικά του Θεού, μετέδωσε στον άνθρωπο: την απάθεια, την καθαρότητα, την αφθαρσία, τη μακαριότητα, το λογικό και την ελευθερία⁴³.

³⁹ Συμεών Νέου Θεολόγου, *Ευχή Μυστική*, SC 256, σελ. 40. *Κατήχησις 16*, 91 – 92, SC 104, σελ. 246. *Ηθικός 5*, 350 – 353, SC 129, σελ. 104 – 106. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 168.

⁴⁰ Ισαάκ του Σύρου: *Τα σωζόμενα Ασκητικά / μετενεχθέντα εις την λαλούμενην καθάραν ελληνικήν γλώσσαν παρά του οσιωτάτου ιεροδιδασκάλου Καλλίνικου Παντοκρατορινού*. (Εν Αθήναις: Τύποις Αγγ. Καναριώτου και Ζανή Γρυπάρη, 1871) σελ. 392 [https://anemi.lib.uoc.gr/metadata/f/1/c/metadata-291-0000007.tkl, (02/12/22)].

⁴¹ Ιωάννη Δαμασκηνού, *Έργα 1*, (Θεσσαλονίκη: Πατερικά Εκδόσεις Γρηγόριος Παλαμάς, Εκδοτικός Οίκος Ελευθέριου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», 1978) σελ. 213.

⁴² Παναγιώτη Χρίστου, *Γρηγορίου του Παλαμά Συγγράμματα*, τ. Α' Θεσσαλονίκη 1962, σελ. 85. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022), σελ 158.

⁴³ Γρηγορίου Νύσσης, *Μυστική Θεολογία, Επιλογή Κειμένων, Εισαγωγή – Μετάφραση*, Αρχιμ. Παγκρατίου Μπρούσαλη, (Κατερίνη: Εκδόσεις Επέκταση, 1997), σελ.13.

Επομένως με την κατ' εικόνα και καθ' ομοίωσιν δημιουργία, «μόνος ο άνθρωπος απ' όλα τα επίγεια και ουράνια κτίστηκε σύμφωνα με την εικόνα του πλάστη, ώστε να βλέπει προς εκείνον και αυτόν να αγαπά και εκείνου μόνο να είναι μύστης και προσκυνητής και με την προς αυτόν πίστη και στροφή και διάθεση να συντηρεί την καλλονή του»⁴⁴, σύμφωνα με τον Γρηγόριο Παλαμά.

Ο Γρηγόριος ο Παλαμάς, συμπληρώνει και ξεκαθαρίζει πως το σώμα είναι εξίσου θεοειδές με τη ψυχή, διότι διαθέτει «ενσημαιομένας πνευματικές διαθέσεις». Δηλαδή, όλες οι ενέργειες του πνεύματος, και του ανθρωπίνου και του Θείου, ενεργούνται και με το σώμα⁴⁵.

Ο Γρηγόριος Νύσσης υποστηρίζει πως η ψυχή αποτελείται από τρία μέρη, παραπέμπει έτσι στο τρισυπόστατον της Αγίας Τριάδος, αφού έχει δημιουργηθεί κατ' εικόνα του Θεού⁴⁶. Οι τρεις αυτές υποστάσεις της είναι η αγεννησία της, η γέννηση του λόγου και η εκπόρευση του πνεύματος. Η ένωση αυτών, συνεπάγεται την ενιαία τους ενέργεια, καθώς το Πρότυπό της⁴⁷.

1.3. Οι δυνάμεις της ψυχής

Η ψυχή διακρίνεται στο λογιστικό (λόγος), το θυμικό (θυμός) και το επιθυμητικό (επιθυμία), τα οποία στη φυσική τους κατάσταση, κατευθύνονται προς το Θεό⁴⁸. Σύμφωνα με τον Μέγα Αθανάσιο, η ψυχή του ανθρώπου με το λογικό της μέρος αγαπά το Θεό, με το θυμικό οργίζεται με τους δαίμονες και τους πολεμά και επιθυμεί τα αιώνια αγαθά με την κατά φύσιν λειτουργία του επιθυμητικού.⁴⁹

⁴⁴ Αγίου Γρηγορίου Παλαμά, Κεφάλαια εκατόν πενήκοντα, 26, PG 150, 1137C, κατ', ΕΠΕ 8, 102, 17 – 21. Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχής κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας»,

[<https://alopsis.gr/%CE%BF%CE%B9-%CE%B4%CF%85%CE%BD%CE%AC%CE%BC%CE%B5%CE%B9%CF%82-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CF%88%CF%85%CF%87%CE%AE%CF%82-%CE%BA%CE%B1%CF%84%CE%AC-%CF%84%CE%BF%CF%85%CF%82-%CF%80%CE%B1%CF%84%CE%AD%CF%81%CE%B5/>, (04/03/23)].

⁴⁵ π. Νικόλαος Λουδοβίκος, *Ψυχανάλυση και Ορθόδοξη Θεολογία: περί επιθυμίας, καθολικότητας και εσχατολογίας*, (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός, 2003) σ. 63, 64.

⁴⁶ Γρηγ. Νύσσης, *Περί του, τι έστι τι, κατ' εικόνα Θεού και καθ' ομοίωσιν*, PG 44, 1344C. Αριστάρχου Γκρέκα, Αρχιμ. *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I*, (Θεσσαλονίκη, Εκδόσεις Ostracon, 2020), σ. 97.

⁴⁷ Ματσούκας, *Δογματική και Συμβολική Θεολογία*, σ.60. Γρηγ. Νύσσης, *Περί του, τι έστι το, κατ' εικόνα Θεού και καθ' ομοίωσιν*, PG 44, 1336A. Γκρέκα Αριστάρχου Αρχιμ. *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I*, (Θεσσαλονίκη, Εκδόσεις Ostracon, 2020), σ. 97.

⁴⁸ Οσίου Νικήτα Σταθάτου, *Φιλοκαλία Νηπτικίων*, τομ. Δ', σελ. 56. Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχής κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

⁴⁹ Αθανασίου του Μεγάλου, *Περί όρων. Περί ψυχής και νοός*, PG 28, σελ. 533 – 553, Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχής κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

Ανάμεσα στην ύλη και το πνεύμα, δεν υπάρχει ριζική διαφορά αφού και τα δύο αποτελούν δημιουργήματα – κτίσματα της κοινής θείας αιτίας και αναπόφευκτα έχουν κοινή λειτουργία και προοπτική, τη στροφή προς το Δημιουργό⁵⁰.

Καθώς το σώμα διέπεται από τις πέντε αισθήσεις όραση, ακοή, όσφρηση, γεύση και αφή, έτσι και η ψυχή. Οι αισθήσεις της ψυχής κατά τους Πατέρες είναι: νους, διάνοια (λόγος), δόξα (γνώμη), φαντασία και αίσθηση.⁵¹ Ο Γρηγόριος ο Παλαμάς, παρομοιάζει το νου με τον ουρανό και την αίσθηση με τη γη. Ανάμεσά τους τοποθετεί τη διάνοια, τη δόξα (γνώμη) και τη φαντασία, διαβαθμίζοντάς τις έτσι ποιοτικά⁵².

Σύμφωνα με τον Ιωάννη Δαμασκηνό, ο νους, η διάνοια, η γνώμη, η φαντασία και η αίσθηση, αποτελούν τις γνωστικές δυνάμεις της ψυχής. Υπάρχουν δε και η βούληση και η προαίρεση, οι οποίες χαρακτηρίζονται ως επιθυμητικές δυνάμεις⁵³.

1.4. Ο νους

Το «ηγεμονικόν της ψυχής», ο «οφθαλμός της ψυχής», είναι ο νους. Ο νους έχει την έδρα του στην καρδιά, την πνευματική καρδιά, το κέντρο της υπόστασης του ανθρώπου⁵⁴. Σύμφωνα με το Γρηγόριο τον Παλαμά, η ουσία του νου είναι «αυτοτελής ουσία και ενεργεί από μόνη της». Βρίσκεται μέσα στην καρδιά, στο ηγεμονικό αυτό όργανο, το θρόνο της Χάριτος όπως και όλοι οι λογισμοί της ψυχής.

⁵⁰ Χρίστος Τερέζης, *Η Ορθοδοξία και ο σεβασμός της ανθρώπινης προσωπικότητας*, στο π. Α. Αυγουστίδη, Κ. Ζορμπά, π. Β. Θερμοῦ, Ν. Κοκοσαλάκη, Α. Μελισσάρη, Χρ. Τερέζη, *Η Ορθοδοξία ως Πολιτισμικό Επίτευγμα και τα Προβλήματα του Σύγχρονου Ανθρώπου*, Τόμος Β', *Η Ορθοδοξία απέναντι στα θέματα της εποχής μας* (Πάτρα: Εκδόσεις ΕΑΠ, 2002), σελ. 43.

⁵¹ Αθανασίου του Μεγάλου, *Περί ὀρων. Περί ψυχῆς και νοός*, «Ἐχει δε ο ἄνθρωπος αισθήσεις πέντε σωματικές και πέντε ψυχικές, οι σωματικάί ,εν εἰσιν : ὄρασις, ακοή, ὄσφρησις, γεύσις και ἀφή...της δε ψυχῆς τα αισθητήρια εἰσί ταῦτα : νους, διάνοια, δόξα, φαντασία και αἴσθησις», PG 28, σελ. 533 – 553. Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχῆς κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

⁵² Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχῆς κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

⁵³ Ιωάννη Δαμασκηνού, *Ἔργα 1*, (Θεσσαλονίκη: Πατερικά Εκδόσεις Γρηγόριος Παλαμάς, Εκδοτικός Οἶκος Ελευθέριου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», 1978), σελ. 237.

⁵⁴ Αγίου Ιωάννου Δαμασκηνού, *Λόγος ψυχοφελῆς και θαυμάσιος*, Φιλοκαλία Νηπτικῶν, Τόμος Β' (εκδ. Το περιβόλι της Παναγίας), σελ 303 – 304, «ὡσπερ γαρ οφθαλμός εν σώματι, οὕτως εν ψυχῇ νους», Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχῆς κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

Σύμφωνα με τον άγιο Νικόδημο τον Αγιορείτη, η πνευματική καρδιά «είναι όργανο της ουσίας και της δυνάμεως του νου»⁵⁵. Η καρδιά πλάθεται πρώτη απ' όλα τα μέλη του σώματος του ανθρώπου και τελευταία νεκρούται. Γι' αυτό κι αποτελεί το φυσικό κέντρο του ανθρώπου. Αποτελεί την έδρα των φυσικών δυνάμεων της ψυχής, νοεράς, λογιστικής και θελητικής⁵⁶. Στο όργανο του εγκεφάλου δε βρίσκεται η ουσία του νούς, δηλαδή της ψυχής, αλλά μόνο η ενέργειά του⁵⁷. Η καρδιά θεωρείται επίσης κι ως παραφυσικό κέντρο, γιατί όλα τα πάθη, οι πονηροί λογισμοί και επιθυμίες σκεπάζουν την εγκατεστημένη θεία χάρη, αφού γεννιούνται εκεί⁵⁸. Επιπλέον, η καρδιά αποτελεί συγχρόνως και υπερφυσικό κέντρο, καθώς η χάρη που λάβαμε κατά το άγιο βάπτισμα, έχει ως καθέδρα την καρδιά⁵⁹.

Ο νους, η ψυχή και ο ενδιάθετος λόγος είναι ισότιμα και ομοούσια μιας ουσίας και φύσεως⁶⁰. Κατ' επέκτασιν, ως ενυπόστατες διακριτές ενέργειες κοινής ουσίας και φύσεως, έχουν την κοινή αυτή φύση και ουσία, κατά το πρότυπο της Αγίας Τριάδας⁶¹. Το κατ' εικόνα εντοπίζεται στο νου, με τρόπο τέτοιο ώστε η

⁵⁵ Αγίου Γρηγορίου Παλαμά, *Υπέρ των ιερών ησυχάζόντων*, Λόγος 3, 2, 22, Π. Χρήστου 1, 673, ΕΠΕ 2, 574, Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχής κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

⁵⁶ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Συμβουλευτικόν Εγχειρίδιον*, σ. 163. Kallistos Ware, *The art of prayer, an orthodox anthology*, σελ. 18. π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015) σελ. 117.

⁵⁷ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Συμβουλευτικόν Εγχειρίδιον*, σ. 164. Γρηγορίου Παλαμά, *Αγιορείτικος Τόμος, Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών*, τ. Δ' , σέ'. 71 – 72, 190. π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015) σελ. 117.

⁵⁸ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Συμβουλευτικόν Εγχειρίδιον*, σ. 163. Kallistos Ware, *The art of prayer, an orthodox anthology*, σελ. 18. Elia Citterio, *Nocodemo Agiorita*, σελ. 961 – 965. π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015) σελ. 117.

⁵⁹ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Συμβουλευτικόν Εγχειρίδιον*, σ. 163, π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015) σελ. 117.

⁶⁰ Συμεών Νέου Θεολόγου, *Θεολογικός 2*, 89, SC, 122, σ. 136 – 146. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος*, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 163.

⁶¹ Μαξίμου Ομολογητού, *Επιστολαί*, ΙΣΤ' , Προς τον αυτόν περί σικοφαντίας και λυτρώσεως εκ θείας βοήθειας, PG 91, 557D – 560A. Ιωάννου Δαμασκηνού *Διαλεκτικά*, PG 94, 616AB. Συμεών Νέου Θεολόγου, *Θεολογικός 2*, 89, SC 118 – 122, 138. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος*, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 163.

νοερή του φύση, να καθιστά εφικτή την πανταχού παρουσία του σε ολόκληρο το σώμα, ώστε το κατ' εικόνα να διαπερνά ολόκληρο τον άνθρωπο⁶².

Ο νους αποτελεί την ανώτερη γνωστική δύναμη της ψυχής και διακρίνεται από το λόγο – διάνοια. Η γνώση του κτιστού προσιδιάζεται από τη λογική ενέργεια της ψυχής, ενώ η γνώση του ακτίστου από τη νοερά. Δε μπορεί κάποιος με τη διάνοια και το φιλοσοφικό στοχασμό να κοινωνήσει το άκτιστο⁶³.

Ο Ιωάννης Δαμασκηνός, διαβεβαιώνει πως ο Χριστός με την ενανθρώπισή του έχει ενωθεί στο κέντρο του νου με την ανθρώπινη φύση, για να πάρει θέση ανάμεσα στην καθαρότητα και την παχύτητα της σάρκας. Διότι ο νους κυβερνά σώμα και ψυχή. Και καθώς ο νους αποτελεί το καθαρότερο μέρος της ψυχής, και καθώς ο Θεός είναι ο κυβερνήτης του νου, όταν ο άνθρωπος πράττει ανάλογα με τη θέλησή του κι αυτή η θέληση ταυτίζεται με τη θέληση του Θεού, ο νους του Χριστού εκδηλώνει την πρέπουσα ηγετική του θέση⁶⁴.

Ο νους αποτελεί τη νοερά ενέργεια της ψυχής, η οποία έχει διπλή διάχυση: Στον εγκέφαλο λειτουργεί ως σκέψη και σε όσους έχουν αδιάλειπτη νοερά προσευχή, στην καρδιά προσεύχεται, σύμφωνα με τον άγιο Ισαάκ το Σύρο⁶⁵.

Ο Γρηγόριος Νύσσης, ως προς το «κατ' εικόνα» της ψυχής, το παραλληλίζει με τις τρεις υποστάσεις του Τριαδικού Θεού, ως κατ' εικόνα αυτού. Το χωρίζει σε τρία μέρη κατά το πρότυπο της Αγίας Τριάδας. Δηλαδή την αγεννησία της ψυχής, τη γέννηση του λόγου και την εκπόρευση του πνεύματος⁶⁶.

⁶² Gregoire De Nysse, *La creation de l' homme*, p. 131, 161c .Γρηγ. Νύσσης, *Περί κατασκευής ανθρώπου*, PG 44, 161C. Γ. Σκαλτσά, «Ο άνθρωπος ως κάτοπτρον των Εσχάτων κατά τον άγιο Γρηγόριο Νύσσης», *Σύναξη* 59 (1996), σσ. 45-49. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostracon, 2020) σελ. 101.

⁶³ Φώτης Σχοινάς, *Η λογική – διανοητική και καρδιακή – νοερά λειτουργία της ψυχής*,

[[⁶⁴ Ιωάννη Δαμασκηνού, *Έργα 1*, Θεσσαλονίκη: Πατερικά Εκδόσεις Γρηγόριος Παλαμάς, \(Εκδοτικός Οίκος Ελευθέριου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», 1978\), σ. 309.](https://antifono.gr/%E1%BC%A1-%CE%BB%CE%BF%CE%B3%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CE%BD%CE%BF%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CE%BA%CE%B1%CE%AF-%CE%BA%CE%B1%CF%81%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CE%BA%CE%AE-%CE%BD%CE%BF%CE%B5%CF%81/(03/02/23)].</p></div><div data-bbox=)

⁶⁵ Αναστασία Μπαγκαλά, *Ψυχοσωματική υγεία και νόσος στους Ασκητικούς Λόγους του αγίου Ισαάκ του Σύρου*, Διδακτορική Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2015, σελ. 134. [<http://ikee.lib.auth.gr/record/270030/files/GRI-2015-14720.pdf>, (06/06/23)].

⁶⁶ Νικολάου Μαρτσούκα, *Δογματική και Συμβολική Θεολογία, Γ'. Ανακεφαλαίωση και αγαθοτοπία*. Έκθεση του οικουμενικού χαρακτήρα της χριστιανικής διδασκαλίας, εκδ. Πουρναρά, Θεσσαλονίκη 1997, σελ. 60. Γρηγορίου Νύσσης, *Περί του, τι εστί το, κατ' εικόνα Θεού και κατ' ομοίωσιν*, PG44, 1336A. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος*,

Όταν οι Πατέρες μιλούν για επιστροφή του νου στην καρδιά, εννοούν την επιστροφή της ενέργειας αυτού στο φυσικό του τόπο, στην ουσία του, στον πυρήνα του, εκεί που βρίσκεται ο Ιησούς Χριστός. Σύμφωνα με τον άγιο Γρηγόριο τον Παλαμά, «άλλο μεν ουσία νου, άλλο δε ενέργεια»⁶⁷. Η φυσική κατάσταση του νου είναι να ενωθεί με το νου του Χριστού. Όταν το λογιστικό ασχολείται με τα θεία, αναπέμπει ύμνους και ευχαριστίες και κολλάται προς Αυτόν με τη συνεχή Του μνήμη. Η αγάπη προς το Θεό, σύμφωνα με τον άγιο Μάξιμο, γεννά το φωτισμό της γνώσεως, ο οποίος οδηγεί στη ζωή του νου⁶⁸.

1.5. Η ασθένεια του νου

Ο άνθρωπος πλάστηκε, για να γίνεται «επόπτης της αισθητής φύσεως και μύστης της νοουμένης», σύμφωνα με το λόγο του Γρηγορίου του Θεολόγου⁶⁹. Ηγεμονικός ο ρόλος του στη κτίση, συνυφασμένος με το αυτεξούσιο, το οποίο αποτελεί τη χαρακτηριστικό της ομοιότητάς του με το Δημιουργό. Ο άνθρωπος εισέρχεται τελευταίος στη κτίση, για να πραγματοποιήσει τη μίξη και την ανάκραση των αισθητών μετά των νοητών, αλλά και την κοινωνία του με το Θεό⁷⁰. Αυτή είναι η κατά φύσιν λειτουργία του. Παρ' όλη όμως τη χαρισματική κατάσταση των πρωτοπλάστων, η φύση τους υπήρξε τρεπτή. Δηλαδή μπορούσε από τη μία να διατηρήσει αυτή τη λαμπρότητα, αλλά από την άλλη είχε την ελευθερία, με την ενεργοποίηση του αυτεξουσίου, να την απωλέσει. Αυτό οφείλεται στο ότι, πρώτον, η πνοή ζωής η οποία έλαβε από το Θεό δεν αποτελεί θεία φύση – η οποία είναι άκτιστη και άτρεπτη - και δεύτερον,

Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 163.

⁶⁷ Γρηγορίου Παλαμά, *Έργα*, τόμ. 2, ΕΠΕ, σ.128. Ιερόθεου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, Λειβαδιά, (Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017), σ. 120.

⁶⁸ Γρηγορίου Παλαμά, *Έργα*, τομ. 2, ΕΠΕ, σελ. 406, Μαξίμου Ομολογητού, *Φιλοκαλία Β'*, σελ. 4, θ'. Ιερόθεου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, Λειβαδιά, (Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017), σελ. 129.

⁶⁹ Νικοδήμου Αγιορείτη, *Συμβουλευτικόν εγχειρίδιον*, εκδ. Άγιος Νικόδημος, Αθήνα, σελ. 129, Αρχιμ. Αθανασίου Αναστασίου, «Οι δυνάμεις της ψυχής κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

⁷⁰ Γρηγορίου Νύσσης, *Λόγος Κατηχητικός μέγας*, 5, J. Srawley, s. 26, 30, *Διάλογος περί ψυχής και αναστάσεως*, PG 46,101B, *Περί κατασκευής του ανθρώπου Δ'*, . 136B. Ν. Ξιώνη, *Άνθρωπος και κοινωνία* σ. 196. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 149, 150.

δημιουργήθηκε ελεύθερος και «αυτοπροαίρετος»⁷¹. Εξ' αιτίας της επιθέσεως από το διάβολο, επέλεξε και θέλησε την αμαρτία. Εξαπατήθηκε και δεν κράτησε την εντολή του πλάστη του. Γυμνώθηκε έτσι από τη χάρη, πέταξε από πάνω του το θάρρος να μιλά με το Θεό, και σκέπασε τη γύμνια του με τα φύλλα της συκής, τα οποία δεν καταμαρτυρούν άλλο παρά την αθλιότητα της σκληρής πλέον ζωής⁷². Απώλεσε έτσι τη μακαριότητα στον Παράδεισο, αφού σύμφωνα με τον Γρηγόριο Νύσσης, ανάμειξε το καλό με το κακό. Το καλό, οφείλει να παραμείνει αγαθό κι ανόθευτο από την πρόσμειξη με το κακό. Το καλό, δεν είναι άλλο από την κοινωνία με το Θεό μόνο, η οποία μπορεί να χαρίζει διαρκή απόλαυση με την προϋπόθεση να αναμιγνύεται με αυτά που προσελκύουν προς το αντίθετο.⁷³

Κι έτσι τύλιξε ο άνθρωπος τον εαυτό του με τη θνητότητα και την υλοφροσύνη της σάρκας, με τη νέκρωση δηλαδή. Αυτό είναι ο δερμάτινος χιτώνας, κι εξορίστηκε από τον Παράδεισο⁷⁴.

Το κακόν εισήλθε στον κόσμο διά της θέλησης. Δεν έχει φυσική υπόσταση , αλλά αποτελεί μία έξη. Δηλαδή το κακό είναι ανύπαρκτο, η θέληση τού δίνει ύπαρξη. Γι' αυτό και σύμφωνα με τον άγιο Γρηγόριο Νύσσης, η αμαρτία είναι μια ασθένεια της θελήσεως η οποία απατάται, εκλαμβάνουσα ως αγαθό το φάσμα αυτού. Γι' αυτό και η επιθυμία της γεύσης του καρπού της γνώσης του καλού και του κακού, συνιστά αμαρτία. Διότι κατά το Γρηγόριο, η γνώση προϋποθέτει διάθεση προς αυτό το οποίο επιθυμούμε να γνωρίσουμε⁷⁵. Ο

⁷¹ Πρωτ/ρου Ιωάννου Αγγελιδάκη, «Ο Λόγος σαρξ εγένετο, Η αγάπη του Θεού ως κίνητρο για τη σωτηρία του ανθρώπου»,

[[https://apostoliki-diakonia.gr/gr_main/catechism/simeioseis/%CE%9F_%CE%9B%CE%9F%CE%93%CE%9F%CE%A3_%CE%A3%CE%91%CE%A1%CE%9E_%CE%95%CE%93%CE%95%CE%9D%CE%95%CE%A4%CE%9F.pdf,\(10/04/23\)](https://apostoliki-diakonia.gr/gr_main/catechism/simeioseis/%CE%9F_%CE%9B%CE%9F%CE%93%CE%9F%CE%A3_%CE%A3%CE%91%CE%A1%CE%9E_%CE%95%CE%93%CE%95%CE%9D%CE%95%CE%A4%CE%9F.pdf,(10/04/23))].

⁷² Πρωτ/ρου Ιωάννου Αγγελιδάκη, *Ο Λόγος σαρξ εγένετο*, «Η αγάπη του Θεού ως κίνητρο για τη σωτηρία του ανθρώπου».

[[https://apostoliki-diakonia.gr/gr_main/catechism/simeioseis/%CE%9F_%CE%9B%CE%9F%CE%93%CE%9F%CE%A3_%CE%A3%CE%91%CE%A1%CE%9E_%CE%95%CE%93%CE%95%CE%9D%CE%95%CE%A4%CE%9F.pdf,\(10/04/23\)](https://apostoliki-diakonia.gr/gr_main/catechism/simeioseis/%CE%9F_%CE%9B%CE%9F%CE%93%CE%9F%CE%A3_%CE%A3%CE%91%CE%A1%CE%9E_%CE%95%CE%93%CE%95%CE%9D%CE%95%CE%A4%CE%9F.pdf,(10/04/23))].

⁷³ Γρηγορίου Νύσσης, *Μυστική Θεολογία*, Επιλογή Κειμένων, Εισαγωγή – Μετάφραση, Αρχιμ. Παγκρατίου Μπρούσαλη, (Κατερίνη: Εκδόσεις Επέκταση, 1997) σελ. 181.

⁷⁴ (Γεν. γ' 7), (Γεν. γ' 24), Γ. Μαυρομμάτη, *Ορθ. Κατηχήσεις Αγ. Κυρίλλου Ιεροσολύμων*, (Εκδ. Επέκταση, Κατερίνη, 2000). Πρωτ/ρου Ιωάννου Αγγελιδάκη, «Ο Λόγος σαρξ εγένετο, Η αγάπη του Θεού ως κίνητρο για τη σωτηρία του ανθρώπου»,

[[https://apostoliki-diakonia.gr/gr_main/catechism/simeioseis/%CE%9F_%CE%9B%CE%9F%CE%93%CE%9F%CE%A3_%CE%A3%CE%91%CE%A1%CE%9E_%CE%95%CE%93%CE%95%CE%9D%CE%95%CE%A4%CE%9F.pdf,\(10/04/23\)](https://apostoliki-diakonia.gr/gr_main/catechism/simeioseis/%CE%9F_%CE%9B%CE%9F%CE%93%CE%9F%CE%A3_%CE%A3%CE%91%CE%A1%CE%9E_%CE%95%CE%93%CE%95%CE%9D%CE%95%CE%A4%CE%9F.pdf,(10/04/23))].

⁷⁵ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» , σελ. 147, 148.

καρπός του δέντρου του καλού και του κακού, σύμφωνα με το Γρηγόριο Νύσσης αποτελεί την ίδια την αμαρτία. Το δέντρο του θανάτου, αν και δεν υπήρχε στον κήπο του Θεού, στον οποίο την κεντρικότερη θέση κατείχε αυτό της ζωής, φύτεψε μετά τη διακοπή της κοινωνίας με το δημιουργό. Όπως σε κάθε αμαρτωλή ενέργεια προηγείται η προσωρινή ηδονή η οποία ακολουθείται πάντα από την πίκρα και την οδύνη, έτσι με την απομάκρυνση του ανθρώπου από τα αγαθά που είχε στη διάθεσή του, χόρτασε με το θανατηφόρο καρπό της παρακοής, την αμαρτία δηλαδή, η οποία επέφερε το θάνατο⁷⁶.

Ο άγιος Μάξιμος, περιγράφει το πώς ο νους οδηγείται στην ασθένεια⁷⁷ λέγοντας πως αυτό εκκινά από το νου. Οι δαίμονες παρακινούν τα πάθη τα οποία βρίσκονται στη ψυχή, με αποτέλεσμα να γεννηθούν εμπαιθείς λογισμοί, οι οποίοι παροτρύνουν το νου να συγκατατεθεί στην αμαρτία. Εκεί γίνεται μάχη μεταξύ λογισμού και νου. Όταν ο νους ηττηθεί, αυτός αιχμαλωτίζεται στην πράξη της συντελεσθείσας αμαρτίας. Αφού πετύχουν οι δαίμονες, αποσύρονται, όμως το είδωλο της αμαρτίας, παραμένει στο νου⁷⁸.

Στον πυρήνα της η πτώση αποτελεί το διαχωρισμό της σύνδεσης που ενυπάρχει στη δημιουργία του ανθρώπου ως κατ' εικόνα Θεού, δηλαδή τη σχέση μεταξύ κτιστού και ακτίστου. Δεδομένου ότι ο κόσμος έχει δημιουργηθεί *ex nihilo* (εκ του μηδενός) ο ίδιος ο πυρήνας της ανθρώπινης ζωής αναγκαστικά μεταβάλλεται όταν η σχέση του ανθρώπου με την πηγή όλων των όντων, δηλαδή τον άκτιστο Θεό αλλάζει⁷⁹!

⁷⁶ Γρηγορίου Νύσσης, *Μυστική Θεολογία*, Επιλογή Κειμένων, Εισαγωγή – Μετάφραση, Αρχιμ. Παγκρατίου Μπρούσαλη, (Κατερίνη: Εκδόσεις Επέκταση, 1997), σελ. 581.

⁷⁷ Ασθένεια του νου: διαφθορά, σκοτασμός, τύφλωση, αναλγησία, δέσμευση, αιχμαλωσία, πλάνη, μόλυνση, παραρριπισμός (με μια απλή κίνηση παρουσιάζεται το πάθος). Ιερόθεου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, Λειβαδιά, Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017, σελ. 136.

⁷⁸ Ιερόθεου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, (Λειβαδιά, Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017), σελ. 132.

⁷⁹ Ν. Μασούκα, *Δογματική και συμβολική θεολογία, έκθεση της ορθόδοξης πίστης σε αντιπαράθεση με τη δυτική χριστιανοσύνη*, τομ. Β', εκδ. Πουρναρά, Θεσσαλονίκη, 1985, σελ. 49 – 50. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 62.

Κύριε, τί ἐπληθύνθησαν οἱ θλίβοντές με; πολλοὶ ἐπανίστανται ἐπ' ἐμέ· πολλοὶ λέγουσι τῇ ψυχῇ μου· οὐκ ἔστι σωτηρία αὐτῷ ἐν τῷ Θεῷ αὐτοῦ. Σὺ δέ, Κύριε, ἀντιλήπτωρ μου εἶ, δόξα μου καὶ ὑψῶν τὴν κεφαλὴν μου...⁸⁰

⁸⁰ Ψαλμ. 3, 2-4.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ

Η ΠΟΡΕΙΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΙΑΣΗ

2.1. Η παρά φύσιν κατάσταση της ψυχής

Καθώς το σαράκι τρώει την εσωτερική ψίχα του ξύλου, κι από έξω ίσως να φαντάζει υγιές, έτσι κι ένας παράλογος, αισχρός ή βλάσφημος λογισμός⁸¹ κατατρώνει το εσωτερικό του ανθρώπου. Οι αρρώστιες που γεννιούνται εντός του, είναι πιο ύπουλες και προξενούν μεγαλύτερη καταστροφή από αυτήν που προκαλούν τα εξωτερικά αίτια⁸².

Ο Ιωάννης ο Χρυσόστομος χαρακτηρίζει νεκρή τη ψυχή η οποία δεν ενεργεί κατά φύσιν. Ο όσιος Θαλάσσιος ονομάζει ασθένεια της ψυχής την παρά φύσιν κίνησή της προς τους εμπαιθείς λογισμούς και την έξη της κακίας. Θάνατος της ψυχής θεωρείται η κατ' ενέργεια αμαρτία⁸³.

Ο άνθρωπος φαινομενικά ίσως να φαίνεται υγιής, αλλά όντας πλασμένος ηθικά ελεύθερος και αυτεξούσιος ως εικόνα Θεού, ακούει τη φωνή της συνειδήσεως του, καθώς «το έργον του νόμου γραπτόν εν ταις καρδίαις αυτών, συμμαρτυρούσης αυτών της συνειδήσεως και μεταξύ αλλήλων των λογισμών κατηγορούντων ή και απολογουμένων»⁸⁴. Εδώ ο απόστολος Παύλος λέει πως ακόμη και σε αυτούς τους οποίους δεν έχει δοθεί η διδασκαλία της εκκλησίας, η φωνή της συνειδήσεως που υπάρχει χαραγμένη στην καρδιά τους ελέγχει για τις πράξεις τους.

Μετά τη πτώση ακολούθησε μια πολυεπίπεδη διάσπαση του ανθρώπου. Διασπάσθηκε από το Θεό και στερήθηκε έτσι, της θείας του χάριτος. Βιώνοντας τη φθορά και τη θνητότητα, με αποτέλεσμα να λατρεύει τα είδωλα.

⁸¹ Λογισμός : Δεν πρόκειται για μια απλή σκέψη, αλλά προέρχεται είτε από τον ίδιο τον άνθρωπο, είτε από το διάβολο, είτε από τη θεία χάριση. Πολλές φορές η ύπαρξη παθών στον άνθρωπο, εντείνουν την προσβολή από λογισμούς.

⁸² Βενεδίκτου Ιερομονάχου Αγιορείτου, *Οι λογισμοί και η αντιμετώπισή τους*, (Εκδόσεις Συνοδεία Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκλήτη Αγίου Όρους, 2011) σελ. 11.

⁸³ Νεκτάριος Θεοχαράκης, *Ψυχολογία του βάρους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ. 45, [<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up> (05/06/23)].

⁸⁴ Ρωμ. 2, 15

Ακολούθησε η διάσπασή του από το συνάνθρωπο. Η δημιουργία της Εύας η οποία αποτέλεσε για τον Αδάμ πηγή χαράς, μετατράπηκε – μετά την τέλεση του προπατορικού αμαρτήματος – σε γεγονός δικαιολογίας για το παράπτωμά του.

Συνετελέσθη η εσωτερική διάσπαση του ανθρώπου. Έπαυσε να κατέχει την ιδιότητα του βασιλέα του κόσμου και ιερέα του Θεού, και υποτάχθηκε στη φθορά. Η ψυχή, στερούμενη της θείας χάριτος, θέλοντας να τραφεί, στρέφεται προς το σώμα, με αποτέλεσμα τη γένεση των παθών⁸⁵. Η παρακοή, είχε συνέπεια τη διατάραξη των ψυχοσωματικών λειτουργιών του ανθρώπου, αφού οδήγησε στη διάσπαση και στον διχασμό της προσωπικότητας του ανθρώπου.

Κι έτσι καθίσταται ο άνθρωπος «πεπτωκώς». Δηλαδή χαρακτηρίζεται από την υποταγή του νου, στο λόγο και την αίσθηση. Το θυμικό και επιθυμητικό της ψυχής διασπώνται και απομακρύνονται από την ηγεμονική και ενοποιό λειτουργία του νου. Κυριαρχεί έτσι το παθητικό μέρος της ψυχής, το επιθυμητικό και θυμικό, με αποτέλεσμα να κυριαρχούν τα άλογα πάθη⁸⁶, αφού μετά την αμαρτία, η ψυχή υπέστη διάβρωση, με συνέπεια να συμπαρασύρει και τη σάρκα στη φθορά⁸⁷.

Γι' αυτό και στον επιρρεπή προς την ασθένεια άνθρωπο, δόθηκε η επιστήμη της ιατρικής, ως βοήθεια στους ασθενούντες⁸⁸. Ο Μέγας Βασίλειος στη διδασκαλία του προβάλλει τη ψυχοσωματική ενότητα του ανθρώπου, «σύνθετον εκ ψυχής και σώματος»⁸⁹, καθώς και την επίδραση της ψυχής στο σώμα, αλλά και του σώματος προς την ψυχή⁹⁰.

⁸⁵ Πρωτ/ρου Ιωάννου Αγγελιδάκη, «Ο Λόγος σαρκς εγένετο, Η αγάπη του Θεού ως κίνητρο για τη σωτηρία του ανθρώπου».

⁸⁶ π. Β. Θερμός, π. Α. Αυγουστίδης, *Η Ορθοδοξία και η ψυχολογία*, στο Κ. Ζορμπά, π. Α. Αυγουστίδη, π. Β. Θερμού, Ν. Κοκοσαλάκη, Α. Μελισσάρη, Χρ. Τερέζη, *Η Ορθοδοξία ως Πολιτισμικό Επίτευγμα και τα Προβλήματα του Σύγχρονου Ανθρώπου*, Τόμος Β, *Η Ορθοδοξία απέναντι στα θέματα της εποχής μας* (Πάτρα: Εκδόσεις ΕΑΠ, 2002), σελ. 149.

⁸⁷ Μ. Βασιλείου, *Όροι κατά πλάτος*, PG31, 1044CD. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, «*Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο*».

⁸⁸ Μ. Βασιλείου, *Όροι κατά πλάτος*, Ε.Π.Ε., σ. 396. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, «*Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο*».

⁸⁹ Μ. Βασιλείου, *Εις Ησαΐαν*, PG, 30, 140. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, «*Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο*».

⁹⁰ Α. Μαρσέλου, «Ο Μέγας Βασίλειος ως ιατρός», *Βασιλείας, εόρτιος τόμος επί τη συμπληρώσει 1600 ετών από το θάνατο του Μεγάλου Βασιλείου*, Ιερά Μητρόπολης Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη 1979, σσ. 192, 193. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, «*Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο*».

Η πτώση έφερε και τη διάσπαση του ανθρώπου και μετά της κτίσεως. Άπασα η κτίση, όταν είδε τον παραβάτη διωγμένο από τον Παράδεισο, δεν ήθελε να υποταχθεί πλέον σ' αυτόν⁹¹.

Το «κατ' εικόνα» εξακολουθεί να υφίσταται από καταβολής του ανθρώπου, ανεξαρτήτως της διάσπασης η οποία ενεργήθηκε σε κάθε επίπεδο της ζωής του. Ο τρόπος δημιουργίας του ανθρώπου, τον καθιστά δυνητικό μέτοχο των θείων ενεργειών, διαμέσου του νοερού μέρους της ψυχής, στην οποία εντοπίζεται το «κατ' εικόνα»⁹². Το καθ' ομοίωσιν, μπορεί να επιτευχθεί με το αυτεξούσιο και την προαίρεση⁹³.

Για να θεραπευθεί η ασθενούσα ψυχή πρέπει πρωτίστως να έρθει σε συναίσθηση της κατάστασής της. Ο Θεός που θέλει τη σωτηρία του καθενός αμαρτωλού, καλεί σε μετάνοια. «Δεϋτε πρός με πάντες οί κοπιώντες και πεφορτισμένοι, κάγω άναπαύσω ύμας»⁹⁴. Η ίαση αποτελεί έργο συνέργειας Θεού και ανθρώπου. Η σκοτισμένη από τα πάθη και την αμαρτία διάνοια, στράφηκε εγωιστικά προς τη δημιουργία και αιχμαλωτίστηκε από την επιρροή της φαντασίας, όπου κάθε ψευδαίσθηση, προκατάληψη, δεισιδαιμονία και ειδωλολατρία, μπορεί να ευδοκιμεί.

2.2. Οι λογισμοί και οι αιτίες αυτών

Το προπατορικό αμάρτημα αποτελεί την πρώτη και κύρια αιτία της εμφάνισης των λογισμών στον άνθρωπο. Ο νους δεν είναι πλέον «ενοειδής», δηλαδή διασπάται σε πολλά άλλα εκτός του Θεού. Με τη πτώση άρχισε να λειτουργεί ο λογισμός της αμφισβήτησης και μετά ακολούθησαν κι όλοι οι άλλοι. Τα αισθητήρια όργανα και ιδιαίτερα η ακοή και η όραση σε συνδυασμό με τη φαντασία αποτελούν τη δεύτερη αιτία δημιουργίας λογισμών. Ιδιαίτερα σήμερα με την αλματώδη αύξηση της τεχνολογίας, έχουν παράλληλα αυξηθεί και οι αφορμές λογισμών. Τρίτη βασική αιτία αποτελούν τα πάθη κι από αυτά παίρνουν αφορμή οι δαίμονες να κινηθούν εναντίον μας. Τέταρτη αιτία είναι το

⁹¹ Πρωτ/ρου Ιωάννου Αγγελιδάκη, «Ο Λόγος σαρκ έγένετο, Η αγάπη του Θεού ως κίνητρο για τη σωτηρία του ανθρώπου».

⁹² Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ.98.

⁹³ Γρηγορίου Νύσσης, *Ποιήσωμεν άνθρωπον κατ' εικόνα ημετέραν και καθ' ομοίωσιν*, PG 44, 273A. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 99.

⁹⁴ Ματθ. 11, 28.

ίδιο το πονηρό πνεύμα, όπου κατά τον άγιο Γρηγόριο το Σιναΐτη, «οι λογισμοί λόγοι των δαιμόνων εισί και των παθών πρόδρομοι». Σύμφωνα με τον αββά Ισαάκ το Σύρο, λογισμούς μπορεί να προκαλέσει και το φυσικόν, εντός μας θέλημα, αλλά και οι ροπές της ψυχής. Ιδιαίτερα εντονότερα βιώνουν τον πόλεμο αυτό οι μοναχοί, πολλές φορές σώμα προς σώμα. Λογισμούς πιθανόν να προκαλέσουν και παράγοντες όπως η καθημερινή δίαιτα ή η κράση του σώματος⁹⁵. Η αμαρτία συνήθως συντελείται μετά από πολλές διεργασίες οι οποίες λαμβάνουν χώρα στη ψυχή, έχοντας ως έναυσμα κάποιο λογισμό⁹⁶. Σύμφωνα με τον αββά Ζωσιμά όμως: « Χωρίς πειρασμούς και λογισμούς, κανείς δε θα μπορούσε να γίνει άγιος»⁹⁷.

Ο Χριστός συνοψίζει την πρώτη και μεγάλη εντολή : «Αγαπήσεις Κύριον το Θεό σου, εν όλη τη καρδιά σου, και εν όλη τη ψυχή σου, και εν όλη τη διανοία σου»⁹⁸. Η καρδιά, η ψυχή και η διάνοια αποτελούν τα μέρη στα οποία, κατά τις γραφές, επενεργούνται οι διαδικασίες της σκέψης⁹⁹. Ο Χριστός επεκτείνει τις δέκα εντολές για να συμπεριληφθούν έτσι όλες οι πηγές αμαρτωλής συμπεριφοράς καθώς «εκ της καρδιάς εξέρχονται διαλογισμοί πονηροί, φόνοι, μοιχείαι, πορνείαι, κλοπαί, ψευδομαρτυρίαι, βλασφημίαι»¹⁰⁰. Γι' αυτό και Πατέρες μελέτησαν στενά τις σκέψεις κι επικεντρώθηκαν στον ηθικό τους πόλο. Ως ηθική κατανοείται η δεκτικότητα ή η αντίσταση στη θεία χάρη. Τα πατερικά κείμενα, κάνουν διάκριση σε τρία είδη σκέψεων : τις ανθρώπινες, τις αγγελικές και τις δαιμονικές¹⁰¹.

⁹⁵ Βενεδίκτου Ιερομονάχου Αγιορείτου, *Οι λογισμοί και η αντιμετώπισή τους*, (Εκδόσεις Συνοδεία Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκήτη Αγίου Όρους, 2011) σελ. 14.

⁹⁶ Μουρατίδου Κωνσταντίνου, «Η ιατρική του σώματος τύπος της κατά την ψυχή θεραπείας κατά τη διδασκαλία του Μεγάλου Βασιλείου», *Θεολογία*, Τόμος ΛΘ', Τεύχη ΑΒ (1968) σελ. 38, 39. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, «Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο».

⁹⁷ Αββά Ζωσιμά, *Διαλογισμοί*, 4. PG 78, 1685B: «Άπαρον τους πειρασμούς και λογισμούς, και ουδείς άγιος. Ο φεύγων πειρασμόν επωφελή, φεύγη ζωήν αιώνιον». Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.212.

⁹⁸ Ματθ. 22, 37.

⁹⁹ Για τους λογισμούς και την καρδιά, βλ. Γεν. 6,5. Κριτ. 5,15. Α Παραλειπ. 29, 18. Ματθ. 15, 9. Για τους λογισμούς και τη ψυχή, βλ. Α' Σαμ. 20, 4. Ψαλμ. 41,6. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.110.

¹⁰⁰ Ματθ. 15, 19.

¹⁰¹ Ωριγένους, *Περί Αρχών*, 3,2,4. PG11, 308D : «Όσον αφορά τους λογισμούς , ... μερικές φορές προέρχονται από εμάς, άλλες φορές ξεκινάνε από αντίθετες δυνάμεις, και όχι σπανίως προέρχονται από το Θεό ή από τους άγιους αγγέλους. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.110.

Οι λογισμοί(σκέψεις) οι οποίοι έρχονται με αφορμή τα πάθη, μπορούν να αντιμετωπιστούν με την τήρηση του νου. Αρχή αυτής αποτελούν: η εγκράτεια, η άρνηση προς τους λογισμούς και η ησυχία της καρδιάς. Ο Νικήτας Σιτηθάτος διδάσκει με ποια πέντε όπλα θα αγωνιστούμε στην τήρηση των αισθήσεων: Η αγρυπνία θα χαλιναγωγήσει την όραση, η μελέτη την ακοή, η ευχή την όσφρηση, η εγκράτεια τη γεύση και η ησυχία, την αφή¹⁰².

Ο άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης, τονίζει πως η οδός των αγίων είναι το «προσεύχεσθαι» και ο λογισμός θα φύγει. Είναι αναγκαία η απόρριψη του κάθε λογισμού, έστω κι αν φαίνεται καλός. Οι άγιοι γνώριζαν σε όλη τους τη ζωή, πως ο εχθρός ενεργεί με το δόλωμα των λογισμών¹⁰³.

Με την αυτοκατάκριση προκαλείται ταπείνωση στη ψυχή και οι λογισμοί εξαφανίζονται. Αυτή είναι η πνευματική σοφία, γιατί έτσι στέκεται ο πιστός με καθαρό νου μπροστά στο Θεό¹⁰⁴. Σύμφωνα με τον άγιο Κασσιανό, όσο οι κακοί λογισμοί παραμένουν κρυφοί, τόσο εξουσιάζουν τον άνθρωπο. Από τη στιγμή που θα αποκαλυφθούν, αμέσως αποδυναμώνονται.

Ο ιερός Αυγουστίνος παρατηρεί πως ,είναι αδύνατον οι πράξεις του ανθρώπου να είναι κακές, ενώ οι λογισμοί του να είναι καλοί, διότι οι πράξεις προέρχονται από τους λογισμούς. Επίσης παρομοιάζει το νου με θρόνο, στον οποίο εάν εκεί βρίσκεται ο Χριστός οι διαταγές θα είναι ωφέλιμες, ενώ εάν βρίσκεται ο διάβολος θα είναι καταστροφικές»¹⁰⁵.

Οι Πατέρες διδάσκουν πως οι σκέψεις είναι άμεσα συνυφασμένες με τις πράξεις. Ο άνθρωπος είναι υπεύθυνος για το αν θα τους δεκτεί ή αν θα τους απορρίψει. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται στο ότι, κάποιος λογισμός ίσως να δίνει την αρχική εντύπωση στον ατελή άνθρωπο πως είναι καλός ενώ αυτό να μην ισχύει. Δηλαδή εάν συγκατατεθεί ο άνθρωπος, τα γεγονότα ίσως να εξελιχθούν εις βάρος της ψυχής του. Συμβουλή πολλών Πατέρων είναι η

¹⁰² Νεκταριος Θεοχαράκης, *Ψυχολογία του βάθους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ. 67. [<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up>, (05/06/23)].

¹⁰³ Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Ο Άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης*, Δέκατη Έκτη Έκδοση, (Ιερά Σταυροπηγική Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2015), σελ. 210.

¹⁰⁴ Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Ο Άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης*, Δέκατη Έκτη Έκδοση, (Ιερά Σταυροπηγική Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2015), σελ. 211.

¹⁰⁵ Αυγουστίνου Ιππώνος, *Enarrationes in psalmos*, 148,2. PL 37, 1858. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 114.

απόρριψη οποιουδήποτε λογισμού, όσο καλοπροαίρετος κι αν φαίνεται. «Η απόρριψη των κακών λογισμών εκφράζει τη φιλία με το Θεό, καθαρίζει την καρδιά και αυξάνει την ταπεινοφροσύνη»¹⁰⁶.

Η καλλιέργεια καλών λογισμών πολύ ωφελεί τον χριστιανό. Συστήνει ο άγιος Ιωάννης ο Κασσιανός, πως στην ποιότητα των λογισμών, συντείνουν, η επιμελής ανάγνωση των Γραφών, η κατανυκτική απαγγελία των ψαλμών και η ένθερμη προσευχή. Ο άγιος Παΐσιος, βιωματικά γνωρίζει πως η πνευματική ζωή εξαρτάται από το λογισμό και πιο συγκεκριμένα: «Ένας αγνός, καλός λογισμός έχει μεγαλύτερη δύναμη από κάθε άσκηση και βοηθάει και πιο θετικά» και ότι «η πρόοδος στην πνευματική ζωή, εξαρτάται από το λογισμό»¹⁰⁷.

Ο άγιος Μάρκος ο ασκητής, τονίζει πως, ο ίδιος ο εαυτός αποτελεί τον πλέον θανατηφόρο εχθρό του ανθρώπου, γιατί ενώ ο λογισμός είναι ακούσιος, το αποτέλεσμα που φέρει είναι εκούσιο, δεδομένης της σωτηριολογικής του σημασίας¹⁰⁸.

Ο Θεός όμως χάρισε στη θέλησή μας τόση ελευθερία και δύναμη, ώστε και αν όλες οι αισθήσεις και όλοι οι δαίμονες και όλος ο κόσμος μαζί σπλισθούν εναντίον της και την πολεμούν δυνατά, παρ' όλ' αυτά, μπορεί η θέλησή μας με κάθε ελευθερία να τα περιφρονήσει και να επιλέξει εκείνο που θέλει ή να μην επιλέξει εκείνο που δεν θέλει¹⁰⁹.

¹⁰⁶ Ησυχίου Πρεσβυτέρου, *Περί νήψεως και αρετής*, 2, 91. PG 93, 1541B. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 115.

¹⁰⁷ Παΐσιου Αγιορείτου, *Λόγοι Γ', Πνευματικός Αγώνας*, εκδ. Ιερών Ησυχαστήριον «Ευαγγελιστής Ιωάννης ο Θεολόγος», Σουρωτή Θεσσαλονίκης, 2001, σ. 20. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 116.

¹⁰⁸ Μάρκου Ασκητού, *Περί νόμου πνευματικού*, 1, 160. PG 65, 925A. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 116.

¹⁰⁹ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Αόρατος Πόλεμος*, (εκδ. «Φως Χ.Ε.Ε.Ν.»), Αθήνα χ.χ.σ. 54. Απόδοση στη Νέα Ελληνική: Ιερομ. Βενεδίκτου, εκδ. Συνοδείας Σπυρίδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 113 – 114.

2.3. Τα πάθη

Ο πατερικός όρος «πάθος», εκφράζει «μια κακή διάθεση του εσωτερικού μας ανθρώπου»¹¹⁰. Ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακος περιγράφει το πάθος ως «αυτό που φωλιάζει με εμμονή στη ψυχή για πολύ καιρό, σχηματίζοντας μια έξη, δεδομένου ότι η ψυχή με δική της ελεύθερη επιλογή, επιμένει σ' αυτό»¹¹¹.

Ο άγιος Ιωάννης της Κλίμακας¹¹² διδάσκει πως τα πάθη αποτελούν στοιχειώδεις κλίσεις του εαυτού, ο οποίος τις μετέστρεψε σε πάθη. Καθώς ο Θεός δε δημιούργησε ούτε έπλασε κανένα κακό, είναι λάθος να ισχυρίζεται κανείς πως αυτά υπάρχουν εκ φύσεως στη ψυχή. Γεννήτριες όλων των κακών(παθών) είναι η ηδονή και η πονηρία. Φονεύτρια όλων, η ταπείνωση¹¹³. Οφείλει ο άνθρωπος ν' αναζητά συνεχώς τη νοερά αίσθηση του νου, η οποία όταν φανερωθεί, οι εξωτερικές αισθήσεις θα παύσουν από μόνες τους να ενεργούν τα δικά τους¹¹⁴. Και συνεχίζει ο άγιος Ιωάννης: Μητέρα της πορνείας είναι η γαστριμαργία, της ακηδίας και της υπερηφανείας είναι η κενοδοξία. Η (κοσμική) λύπη είναι τέκνο και των τριών καθώς και η οργή. Το άκαιρο γέλιο προέρχεται άλλοτε από την πορνεία, άλλοτε από την κενοδοξία κι άλλοτε από την τρυφή.

Ο πολύς ύπνος προέρχεται από την τρυφή, ή την νηστεία (όταν υπερηφανεύονται γι' αυτήν) ή την ακηδία, αλλά και από φυσική ανάγκη.

Η πολυλογία γεννάται από τη γαστριμαργία κι άλλοτε από την κενοδοξία. Η ακηδία από την τρυφή, αλλά και από την αφοβία προς το Θεό. Η βλασφημία είναι κυρίως γέννημα της υπερηφάνειας, άλλοτε της κατακρίσεως και κάποιες φορές από φθόνο των δαιμόνων. Η σκληροκαρδία προέρχεται από τον χορτασμό, συχνότερα από την αναισθησία και την προσπάθεια¹¹⁵, η οποία

¹¹⁰ Δωροθέου Γάζης, *Διδασκαλία*, 1, 6SC, 92, σελ. 154. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 124.

¹¹¹ Ιωάννου Σιναΐτου, *Κλίμαξ*, 15, 74. PG 88, 897A: «Πάθος είναι δε κυρίως λέγουσι το χρόνω μακρῶ εν τη ψυχή εμφωλεύων, και ὡσπερ εις ἕξιν αὐτὴν λοιπὸν εν τη προς αὐτὸ συνηθειά αγαγῶν και αυθαιρέτως λοιπὸν εν αὐτῷ οικείως αυτομολούσαν». Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 124.

¹¹² Άγιος Ιωάννης ο Σιναΐτης ή Ιωάννης της Κλίμακας (523 μ.Χ. - 606 μ.Χ.). Γεννήθηκε στη Συρία και άφησε δύο σπουδαία συγγραφικά έργα, την «Κλίμακα»(των αρετών) και το «Λόγος προς ποιμένα». [[https://www.saint.gr/145/saint.aspx,\(04/05/23\)](https://www.saint.gr/145/saint.aspx,(04/05/23))].

¹¹³ Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη, (Ωρωπός Αττικής 2021) σελ. 316.

¹¹⁴ Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη, (Ωρωπός Αττικής 2021) σελ. 311.

¹¹⁵ Προσπάθεια : η μετά πάθους προσκόλληση του συναισθήματος σε κάτι.

γεννάνται από την πορνεία ή τη φιλαργυρία ή την κενοδοξία κ.ά. Η πονηρία από την οίηση και την οργή. Η υποκρισία γεννάνται από την αυταρέσκεια ή την ιδιορρυθμία¹¹⁶.

«Η αρχή μεν όλων των παθών είναι η φιλαυτία, τέλος δε η υπερηφάνεια. Η φιλαυτία είναι παράλογη φιλία προς το σώμα. Εκείνος που τη νίκησε, έκοψε και όλα τα γεννόμενα πάθη από αυτήν»¹¹⁷.

Η ρίζα όλων των αμαρτιών και ο σπόρος του θανάτου είναι η υπερηφάνεια. Όλη η άσκηση πρέπει ν' αποσκοπεί στην απόκτηση της ταπείνωσης¹¹⁸.

«Η ταπεινή γνώση του εαυτού μας πρέπει να τιμάται περισσότερο από το ύψος όλων των επιστημών. Το να νικήσουμε και να νεκρώσουμε τα θελήματά μας αξίζει περισσότερο έπαινο από το να κάνουμε θαύματα ή να αναστήσουμε νεκρούς»¹¹⁹.

Το να φτάσει κανείς στην απάθεια δεν είναι καθόλου εύκολο. Κάποιες φορές τα πάθη και οι δαίμονες φεύγουν από τη ψυχή μόνο για ορισμένο διάστημα. Στην «Κλίμακα», ο άγιος Ιωάννης παραθέτει τις αιτίες της απομακρύνσεως της απάθειας: Ενώ το παλιό υλικό της ψυχής ενδεχομένως να εκριζωθεί με το θεϊκό πυρ το οποίο με την μετάνοια και την εξομολόγηση να το κατακαύσει, ο άνθρωπος οφείλει να μην το λησμονήσει λόγω τη ραθυμίας η οποία μπορεί να προκληθεί από την υλόφρονη ζωή, κι έτσι να επανέλθει στην προηγούμενη κατάσταση.

Από την υπακοή γεννάνται η ταπείνωση. Από την ταπείνωση, η απάθεια, όπως λέγει κι ο Ψαλμωδός: « Εν τη ταπεινώσει ημών εμνήσθη ημών ο Κύριος και ελυτρώσατο ημάς εκ των εχθρών ημών»¹²⁰.

¹¹⁶ Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη, (Ωρωπός Αττικής 2021) σελ. 314 – 316.

¹¹⁷ Μαξίμου του Ομολογητού, *Τα 400 Κεφάλαια περί Αγάπης και Ερμηνεία του Πάτερ Ημών*, Μετάφραση, εισαγωγή, σχόλια, Θεοκλήτου Μοναχού Διονυσιάτη, Δ' Έκδοση, (Εκδόσεις Σπηλιώτη), Λόγος 37, σελ. 93.

¹¹⁸ Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Ο Άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης*, Δέκατη Έκτη Έκδοση, (Ιερά Σταυροπηγική Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2015), σελ. 51.

¹¹⁹ Αγίου Νικοδήμου του Αγιορείτου, *Ο Αόρατος Πόλεμος*, Απόδοση στη Νεοελληνική, (Έκδοσις Συνοδίας Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Ιερά Καλύβη «Άγιος Σπυρίδων Α'», Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος) σελ. 40.

¹²⁰ Ψαλμ. 135, 23-23. Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη (Ωρωπός Αττικής 2021), σελ. 97.

Τακτική των δαιμόνων αποτελεί το να απομακρύνονται για να ρίξουν τον άνθρωπο στην αμεριμνησία για να επιτεθούν σφοδρότερα, εκεί που δε θα το περιμένει. Άλλη συνήθειά τους είναι το ν' απομακρύνονται από μια ψυχή, αφού αυτή από μόνη της έχει τόσο ταυτιστεί και εθιστεί στα πάθη, επιβουλεύομενη τον εαυτό της.

Η τελευταία μορφή απάθειας(η πραγματική), έρχεται μετά από απλότητα και ακεραιότητα , διότι ο Θεός μακαρίζει, σώζει και ελεεί τους καθαρούς στην καρδιά¹²¹.

Ο άγιος Ισαάκ ο Σύρος γράφει πως όταν αναφερόμαστε σε σωματικά ή ψυχικά πάθη εννοούμε κυρίως τις αιτίες που αλλοιώνουν την απαθή αρχική κατάσταση της ψυχής κι όχι αυτή καθ' εαυτή τη φύση της¹²².

Ο άνθρωπος που βασανίζεται από τα πάθη είναι ασθενής, πολλές δε φορές, δεν το γνωρίζει και θεωρεί πως αυτά που βιώνει είναι φυσιολογικά. Τα πάθη έχουν γίνει δεύτερή του φύση και παραδομένος σ' αυτά προχωρά στην καθημερινότητά του. Όταν όμως επίμονες σκέψεις γίνονται εμμονές, όταν ψάχνει για νόημα και αδυνατεί να το βρει, όταν έχει σπαταλήσει κάθε ανθρώπινη προσπάθεια στο να προσπαθεί από μόνος του να λύσει ένα δυσεπίλυτο – ανάλογα με τις δικές του δυνάμεις - πρόβλημα που του έχει παρουσιαστεί... Τότε, αν έχει έστω και ένα κόκκο πίστης, ο Θεός θα τον ελεήσει και θα τον καλέσει, διότι όλους τους αμαρτωλούς καλεί σε μετάνοια. Τότε θα στρέψει το βλέμμα προς τα μέσα και θα έρθει σε συναίσθηση. Κι αν κράξει «Κύριε Ιησού Χριστέ Ελέησόν με τον αμαρτωλό», τότε, συντελείται η αρχή της πορείας προς την ίαση της πληγωμένης από τα πάθη και την αμαρτία ψυχής. Γιατί όπως ο πατέρας δέχθηκε τον Άσωτο, χωρίς να τον ρωτήσει πώς και γιατί κατασπατάλησε το μερίδιό του, αλλά «... δραμών έπέπεσεν επί τόν τράχηλον αυτού καί κατεφίλησεν αυτόν»¹²³ έτσι και ο Θεός – πατέρας θα τον σπλαχνισθεί και θα τον δεχθεί στην ανοικτή του αγκαλιά.

¹²¹ Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη (Ωρωπός Αττικής 2021) σελ. 319, 320.

¹²² Αναστασία Μπαγκαλά, *Ψυχοσωματική υγεία και νόσος στους Ασκητικούς Λόγους του αγίου Ισαάκ του Σύρου*, Διδακτορική Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2015, σελ. 106.

[<http://ikee.lib.auth.gr/record/270030/files/GRI-2015-14720.pdf>, (06/06/23)].

¹²³ Λουκ. 15,20.

2.4. Η θεραπεία από τα πάθη

Όταν ο αγωνιστής εισέλθει στο στάδιο για τον αγώνα κατά των παθών, θα έχει ήδη αρχίσει να εφαρμόζει το «γνώθι σ' εαυτόν». Σταδιακά θα βιώσει και θα γνωρίσει τις αδυναμίες, τις ελλείψεις του, τα λάθη του και τα πάθη του. Με υπομονή στον αγώνα να συνειδητοποιήσει την ασθένειά του. Στήριγμα του θα έχει την εσωτερική και εξωτερική ησυχία. Την επίγνωση αυτή ακολουθεί η μετάνοια, η οποία γεννιέται από την πίστη και τον φόβο του Θεού. Καρπός της μετάνοιας είναι η εξομολόγηση. Ακολουθεί το πένθος, τα δάκρυα και η αυτογνωσία. Αναγκαία σύμφωνα με τους Πατέρες είναι η υπακοή σε πνευματικό πατέρα για εξαγόρευση κάθε αμαρτίας, πάθους και λογισμού. Ο αγώνας αυτός είναι ισόβιος. Με υπομονή και σταθερή πίστη, χωρίς απόγνωση εάν κάποτε νικηθεί από τον πειρασμό. Όσες φορές πέσει, άλλες τόσες να σηκώνεται και να τρέχει στον γιατρό των ψυχών και των σωμάτων. Να πολεμά το πάθος μόλις το αντιληφθεί και να αποφεύγει τις αιτίες που το προκαλούν. Ο σκοπός των εντολών είναι η καθαρότητα της καρδιάς. Η εργασία των εντολών θεραπεύει και δυναμώνει την ασθενή ψυχή. Το σημαντικότερο όμως κέρδος από την τήρηση των εντολών αποτελεί η απόκτηση των αρετών, η οποία γίνεται σταδιακά, καθώς η μια διαδέχεται την άλλη. Οι σωματικές αρετές όπως είναι η νηστεία και η ελεημοσύνη, καθαρίζουν το σώμα από την ύλη των παθών. Οι ψυχικές αρετές φέρνουν ταπείνωση και καθαρίζουν τη ψυχή από τους λογισμούς. Σημαντικές ψυχικές αρετές είναι η πίστη και η ταπείνωση. Η πίστη αποτελεί το φως της διανοίας, αυτή φέρνει γαλήνη και ειρήνη λογισμών.

Η ταπείνωση νικά τα πάθη, τα εξουσιάζει χωρίς κόπο. “Εγώ οὖν, ὡς ὁρᾶτε, οὐκ ἐνήστευσα, οὐκ ἠγρύπνησα, οὐκ ἔχαμεύνησα, ἐταπεινώθην δὲ καὶ ἔσωσέ με συντόμως ὁ Κύριος”, φησὶν ὁ θεῖος Δαβίδ. Πολλῶ δὲ συντομώτερον εἶπεῖν· “Μόνον ἐπίστευσα καὶ προσελάβετό με ὁ Κύριος¹²⁴». Αυτή η αρετή προηγείται της αυθεντικής πνευματικής ζωής.

Η άσκηση με σωματικά έργα όπως η νηστεία, η προσευχή και ιδιαίτερα η καρδιακή, η μελέτη των Γραφών διασκορπίζουν τα πάθη από τη ψυχή.

¹²⁴ Άγιος Συμεών ο Νέος Θεολόγος, *Λόγοι*, Λόγος 22.

Πνευματικές εργασίες στον αγώνα κατά των παθών αποτελούν η μνήμη θανάτου, η συνεχής αίσθηση της παρουσίας του Θεού, η μνήμη Θεού δηλαδή, η συναναστροφή με αγίους ανθρώπους, η ελεημοσύνη¹²⁵.

Με την ταπείνωση, θεραπεύονται τα πάθη της φιλοδοξίας, τα οποία μαίνονται στο λογιστικό. Με την ακτημοσύνη θεραπεύονται τα πάθη της φιλοκτημοσύνης και της φυλαργυρίας, στο επιθυμητικό. Και τέλος, το θυμικό στο οποίο κυριαρχούν τα πάθη της σάρκας, θεραπεύεται με την άσκηση και την εγκράτεια¹²⁶.

2.5. Ο Ιησούς Χριστός ο Ιατρός των ψυχών και των σωμάτων

Ο Ιησούς Χριστός με την ενανθρώπισή του, ανακαίνισε την ανθρώπινη φύση. Οδήγησε το ανθρώπινο γένος στη σωτηρία, σε μια ανακαινισμένη ενότητα του όλου ανθρώπου, αλλά και σε πραγματική ένωση του ανθρώπου με το Θεό, στο πρόσωπό Του¹²⁷.

Ο Θεός συνιστά την Αρχή όλων των αρχών, το Απόλυτο Είναι. Συστήθηκε και αποκαλύφθηκε ως ο *Εγώ Ειμί*, ως Πρόσωπο – Υπόσταση, ο Ομοούσιος Υιός που φανέρωσε τον Πατέρα, συνάναρχοι με το Άγιο Πνεύμα¹²⁸.

Ο Ιησούς Χριστός είναι ο αιώνιος Λυτρωτής. Όλων των ανθρώπων, όλων των αιώνων, όλων των εποχών¹²⁹. Η έλευσή του στην ανθρώπινη ιστορία, σηματοδότησε την αποκατάσταση της διασπασθείσας από την παρακοή ψυχοσωματικής λειτουργίας του όλου ανθρώπου¹³⁰. Κατά την ενσάρκωση, συνήγαγε την ανθρώπινη φύση, προς εαυτόν, ώστε ως άριστος ιατρός, να ανασυνδέσει το διαιρεμένο σώμα με σωτήρια ιάματα, όπως είναι τα της

¹²⁵ Βενεδίκτου Ιερομονάχου Αγιορείτου, *Τα πάθη και θεραπεία τους*, (Έκδοσις Συνοδεία Σπυρίδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκήτη Αγίου Όρους, 2006) σελ. 31 – 45.

¹²⁶ Ιερόθεου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, Λειβαδιά, Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017, σελ. 279.

¹²⁷ Κωνσταντίνου Σκουτέρη, *Ο άνθρωπος κατά το λόγο της Θείας Οικονομίας*. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 229

¹²⁸ Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Ομόμεθα τον Θεόν καθώς εστί*, (Ιερά Πατριαρχική και Σταυροπηγιακή Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2009), σελ. 33

¹²⁹ Πρωτ/ρου Ιωάννου Αγγελιδάκη, «Ο Λόγος σαρξ εγένετο, Η αγάπη του Θεού ως κίνητρο για τη σωτηρία του ανθρώπου».

¹³⁰ Μουρατίδου Κωνσταντίνου, «Η ιατρική του σώματος τύπος της κατά την ψυχή θεραπείας κατά τη διδασκαλία του Μεγάλου Βασιλείου», *Θεολογία*, Τόμος ΛΘ', Τεύχη ΑΒ (1968) σελ. 38. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, *Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο*.

Εκκλησίας Άγια Μυστήρια¹³¹, τα οποία αποτελούν τα κτιστά μέσα που παρέχουν την άκτιστη χάρη του Θεού στον κτιστό άνθρωπο¹³².

Ο Ιησούς Χριστός, λαμβάνων την ανθρώπινη φύση, κατέστη δια του Σταυρού, ο Ιατρός πάσας νόσου αυτού, σωματικής και ψυχικής. Ιδιαίτερως της θελήσεώς του, όπου δι' αυτής, οδηγήθηκε στην παρακοή και ακολούθως στην αμαρτία, την αιτία της πτώσης. Μένων ξένος προς την αμαρτία, ανέλαβε Αυτός την ευθύνη για την τραγωδία της ανθρώπινης ελευθερίας, εκουσίως, δια της αγίας και αφθάρτου αυτού θελήσεως, μετέτρεψε την έκπτωτη ανθρώπινη φύση σε κατάσταση σωτηρίας¹³³.

2.6. Η Μετάνοια

«Χαρά γίνεται εν τω ουρανώ επί ενί αμαρτωλώ μετανοούντι»¹³⁴.

Στέφανος και στολισμός ένδοξος της Σοφίας είναι ο φόβος του Κυρίου, ο οποίος βγάζει ως θαλερούς βλαστούς την ειρήνην και την υγεία, που ιατρεύει πάσαν ασθένεια.¹³⁵

Ως κριτής των πράξεων του ανθρώπου κατά τη διάρκεια της ζωής του, σύμφωνα με τον Απόστολο Παύλο στην προς Ρωμαίους επιστολή, στέκεται ο εσωτερικός έλεγχος της συνείδησης, η οποία τίπτει ή επαινεί ανάλογα των πράξεών του, κάθε άνθρωπο και τον παρακινεί στη μετάνοια. Ο μετανοών, αφού έλθει σε συναίσθηση των αμαρτιών που έχει διαπράξει κι αποφασίσει ν' αλλάξει τρόπο ζωής, κατά το πρότυπο του Πέτρου, δύναται να γίνει και πάλι υιός Θεού και μέτοχος και κληρονόμος της Βασιλείας Του¹³⁶.

¹³¹ Μεγάλου Βασιλείου, *Ασκητικά Διατάξεις*, ιη', 31, 1385 Α'. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, «Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο».

¹³² Γ. Μαντζαρίδη, «Η πνευματική ζωή κατά τον άγιο Γρηγόριο Παλαμά», *Πρακτικά Θεολογικού Συνεδρίου, εις τιμήν και μνήμην του εν Αγίοις Πατρός ημών Γρηγορίου Αρχιεπισκόπου Θεσσαλονίκης του Παλαμά*, Θεσσαλονίκη 1986, σ. 179. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 114.

¹³³ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ. 177 – 178.

¹³⁴ Λουκ. 15, 7.

¹³⁵ Παναγιώτη Τρεμπέλα, Γεώργιου Γ. Ψαλλάκη, *Η ΠΑΛΑΙΑ ΔΙΑΘΗΚΗ, Μετά συντόμου ερμηνείας*, Τόμος Δέκατος Τρίτος, Άσμα Σοφία Σολομώντος, Σοφία Σειράχ, (Αθήνα, Έκδοσις Αδελφότης Θεολόγων «Ο ΣΩΤΗΡ», 2003) σελ. 263.

¹³⁶ Νικοδήμου Αγιορείτη, *Εξομολογητάριον*, σελ. 179. Νικοδήμου Αγιορείτη, *Πνευματικά Γυμνάσματα*, σ.233. Γρηγορίου Παλαμά, *Εις την εορτή του Πέτρου και Παύλου*, Φιλοκαλία, ΕΠΕ 10, Σ. 218 – 220. Γρηγορίου Παλαμά, *Εις το της τετάρτης Κυριακής του Λουκά Ευαγγέλιον*,

Η πίστη στο πρόσωπο του Ιησού Χριστού, θα επιτρέψει στο άκτιστο Φως να επενεργήσει εντός του ανθρώπου, ώστε να κατανοήσει την ουσία της αμαρτίας. Ανώτερο κι από την όραση αγγέλων, θεωρείται από τους Πατέρες, αυτή η συναίσθηση η οποία αποτελεί μεγάλη δωρεά. Η μετάνοια συντελείται ακολουθούμενη από το φόβο Κυρίου και ταπείνωση, το οποίο κατέρχονται άνωθεν. Ο φόβος αποτελεί την « αρχή σοφίας» αλλά και αγάπης. Η κατάσταση φόβου και ταπείνωσης, προκαλείται από το γεγονός της παρουσίας του Ζώντος Θεού, αλλά και από τη φρίκη προς τον εαυτό γι' αυτά που διέπραξε ο μετανοούντας λόγω της αναξιότητάς του να έχει ένα τέτοιο Θεό. Ο φόβος αυτός, αποτελεί την ανάνηψη από το λήθαργο της αμαρτίας. Η καθαρική του ενέργεια, αποκαλύπτει την οδό για επανοικοδόμηση του είναι, πάνω στις εντολές του Κυρίου¹³⁷.

Η Αυτο – αποκάλυψη του Θεού, περικλείεται στις εντολές του Ευαγγελίου. Όσο περισσότερο εισχωρεί ο άνθρωπος στο πνεύμα τους, τόσο πιο συγκεκριμένη γίνεται η θεωρία του Θεού. Κι όταν ομολογήσει κατά τον Παύλο, « ζω δε ουκέτι εγώ, ζει δε εν εμί Χριστός», όταν δηλαδή αυτές οι εντολές – κατά την ευδοκία Του - αποβούν η μόνη αρχή της υπάρξεώς του, τότε θα ομοιωθεί προς Αυτόν, «ότι οψόμεθα τον Θεό καθώς εστί»¹³⁸.

Η υπερηφάνεια αποτελεί το κύριο εμπόδιο του φωτισμού από το Άγιο πνεύμα. Κατά τον άγιο Σωφρόνιο, είναι σκοτάδι απαίσιο, ο αντίποδας της Θείας Αγαθοσύνης. Το ίδιον χαρακτηριστικό του αρχεκάκου δαίμονα. Ο Θεός είναι αγάπη, αλλά είναι και ταπείνωση. Το «σκότος το εξώτερον», ο Άδης, είναι η υπερηφάνεια, η οποία αποχωρίζει τον άνθρωπο από το Θεό της αγάπης. Η σωτηρία από τον Άδη αυτό, έρχεται μόνο δια της οδού της μετανοίας¹³⁹. Η πνευματική τύφλωση είναι χαρακτηριστικό της πεπτωκυίας κατάστασης.

Φιλοκαλία, ΕΠΕ 11, σελ. 124. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostracon, 2020) σελ. 135.

¹³⁷ Ψαλμ. Ρι', 10. Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Οψόμεθα τον Θεόν καθώς εστί*, (Ιερά Πατριαρχική και Σταυροπηγιακή Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2009), σελ. 30 – 36.

¹³⁸ (Γαλ. 2' 2,20), (Α' Ιωάνν., 3,2) Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Οψόμεθα τον Θεόν καθώς εστί*, (Ιερά Πατριαρχική και Σταυροπηγιακή Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2009), σελ. 199.

¹³⁹ Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Οψόμεθα τον Θεόν καθώς εστί*, (Ιερά Πατριαρχική και Σταυροπηγιακή Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2009), σελ. 40.

Τα στάδια της αληθινής μετάνοιας κατά την ησυχαστική πράξη, είναι η αποφασιστική αποκοπή από την αμαρτία, η εκρίζωση των εφάμαρτων αιτιών, η εμφύτευση, η φύλαξη και η καλλιέργεια των αρετών ώστε να κυριαρχήσουν στην υγιή καρδιά¹⁴⁰.

«Όποιος γνώρισε τον Κύριο με το Άγιο Πνεύμα, έμαθε από Εκείνον την ταπείνωση κι εξομοιώθηκε με το Δασκαλό Του, το Χριστό, τον Υιό του Θεού¹⁴¹ και έγινε όμοιος με Αυτόν»¹⁴².

Η Μετάνοια αποτελεί κατά τον άγιο Νικόδημο τον Αγιορείτη, «ένα λουτρό, όπου γίνεται στους μετανουούντες ένα δεύτερο βάπτισμα, κοπιαστικότερον μεν από το πρώτο βάπτισμα, αναγκαίον όμως εις σωτηρίαν, ως και εκείνο», καθώς οι αμαρτίες οι οποίες διαπράττονται μετά το βάπτισμα, καθαρίζονται με τα «ύδατα της μετάνοιας»¹⁴³.

Η μετάνοια ολοκληρώνεται¹⁴⁴ με την εξομολόγηση, καθώς όταν η ψυχή αρχίσει να διορθώνεται και να έρχεται σε καλύτερη κατάσταση με τη μετάνοια, επιζητεί τη θεραπεία της. Τότε και το σώμα θέλει ν' ακολουθήσει την υγιή πορεία της¹⁴⁵.

Το μυστήριο της Μετάνοιας, είναι άμεσα συνυφασμένο με το μυστήριο της Εξομολόγησης, και αποτελούν προϋποθέσεις πνευματικής υγείας, προόδου και τελείωσης της εν Χριστώ ζωής¹⁴⁶.

¹⁴⁰ Νικοδήμου Αγιορείτη, *Πνευματικά Γυμνάσματα*, σ. 374 – 375. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 135.

¹⁴¹ Ματθ. 11,29.

¹⁴² Άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης, Κεφ. Γ', Η ταπείνωση. Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Οψόμεθα τον Θεόν καθώς εστί*, (Ιερά Πατριαρχική και Σταυροπηγιακή Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2009), σελ. 179.

¹⁴³ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Εξομολογητάριον*, σελ. 184, 196. Θεολήπτου Φιλαδελφείας, *Περί μοναχικού επαγγέλματος*, Φιλοκαλία. ΕΠΕ 20, σελ. 302. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 135.

¹⁴⁴ Σύμφωνα με τον Γρηγόριο Παλαμά και τους ησυχαστές, η μετάνοια αποτελεί την αρχή και το τέλος της κατά Χριστόν διαγωγής. π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015) σελ. 29.

¹⁴⁵ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Επίσκεψις πνευματικού προς ασθενή*, εκδ. Υπακοή, Αθήνα 1993, σ.214. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 136 .

¹⁴⁶ Π. Αθανασίου Γκίκα, *Θέματα ποιμαντικής*. (Εκδ. Μυθονία, Θεσσαλονίκη 2005), σ. 64. Νικοδήμου Αγιορείτου, *Επίσκεψις πνευματικού προς ασθενή*, εκδ. Υπακοή, Αθήνα 1993, σ.214. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 136

2.7. Η Ιερά Εξομολόγηση

«Όπως το πλοίο που έχει έναν καλό κυβερνήτη φθάνει με τη βοήθεια του Θεού σώο στο λιμάνι, έτσι και η ψυχή που έχει καλόν ποιμένα ανεβαίνει εύκολα στον ουρανό, έστω και αν έχει διαπράξει πλήθος κακών»¹⁴⁷.

Ο σύγχρονος άγιος Πορφύριος ο Καυσοκαλυβίτης (1906-1991), υποστηρίζει πως δε φταίει ο ίδιος ο άνθρωπος αποκλειστικά για τα σφάλματά του. Φέρνει μαζί του βιώματα, ειδικά της μητέρας, κατά τη διάρκεια της κύησης. Κουβαλά κατά τη διάρκεια της ζωής του, μια κατάσταση εξαιτίας των γονέων του. Συνιστά τη γενική εξομολόγηση, η οποία διενεργείται με τη χάρη του Θεού. Μόνο μ' αυτό τον τρόπο, μπορεί ο άνθρωπος ν' απαλλαγεί απ' αυτή την κατάσταση¹⁴⁸.

Η εξομολόγηση είναι μεγάλο γιατρικό για τον ασθενή¹⁴⁹. Η θεληματική υπακοή, γράφει ο άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης στον Αόρατο Πόλεμο, αποτελεί πράξη περισσότερο γενναία και μεγαλόψυχη, από το να υποτάσσει και να διατάζει κάποιος σπουδαίους βασιλείς¹⁵⁰.

Σύμφωνα με τον άγιο Νεκτάριο, η εξομολόγηση αποτελεί εντολή του Θεού, επαναφέρει κι αποκαθιστά την ειρήνη μεταξύ Θεού κι ανθρώπων κι έχει ωφέλεια ηθική και πνευματική στον άνθρωπο. Γι' αυτό και είναι αναγκαία¹⁵¹.

Η εξομολόγηση αφορά όλους, και συνίσταται η συχνή της επανάληψη, καθώς με αυτόν τον τρόπο, οι αμαρτίες δε μπορούν να ριζώσουν στην καρδιά. Ενεργεί ως αποτρεπτικό εμπόδιο μελλοντικών αμαρτιών¹⁵².

¹⁴⁷ Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη (Ωρωπός Αττικής 2021), σελ. 360.

¹⁴⁸ Γέροντος Πορφυρίου Καυσοκαλυβίτου, *Βίος και Λόγοι*, (Ιερά Μονή Ζωοδόχου Πηγής – Χρυσοπηγής, Χανιά, Κρήτη, 2006), σελ. 269,270. «Πολλές φορές έχω μεταχειρισθεί αυτή τη γενική εξομολόγηση και είδα θαύματα πάνω σ' αυτό. Την ώρα που τα λείεις στον εξομολόγο, έρχεται η θεία χάρη και σε απαλλάσσει απ' όλα τα άσχημα βιώματα και τις πληγές και τα ψυχικά τραύματα και τις ενοχές, διότι την ώρα που τα λες, ο εξομολόγος εύχεται θερμά στον Κύριο για την απαλλαγή σου».

¹⁴⁹ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Επίσκεψις πνευματικού προς ασθενή*, εκδ. Υπακοή, Αθήνα 1993, σ.63. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 136

¹⁵⁰ Αγίου Νικοδήμου του Αγιορείτου, *Ο Αόρατος Πόλεμος*, Απόδοση στη Νεοελληνική, (Έκδοσις Συνοδίας Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Ιερά Καλύβη «Άγιος Σπυριδων Α'», Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος) σελ. 41.

¹⁵¹ Αγίου Νεκταρίου Πενταπόλεως, *Περί επιμελείας ψυχής*, Εκδόσεις Σταμούλη, Α.Ε. , Αθήνα, 2017) σελ. 110.

¹⁵² Νικοδήμου Αγιορείτου, *Εξομολογητάριον*, σελ. 212, 235 – 236. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 140.

Με συντετριμμένη καρδιά, κατάνυξη και περισσή ταπείνωση οφείλει ο άνθρωπος να προσέρχεται ενώπιον του πνευματικού του πατέρα, χωρίς να προσθέτει, ούτε ν' αφαιρά αλλά ούτε και να ρίχνει ευθύνες σε άλλους, καθώς ο Αδάμ στην Εύα και η Εύα στον όφι. Δεχόμενος με καρδιά άδοξη και τον έλεγχο με χαρά, αφού έχει έμπροσθέν του την ώρα εκείνη, το Δίκαιο Κριτή¹⁵³.

Ο όσιος Νικόδημος ο Αγιορείτης, στις συμβουλές του προς τον μετανοούντα, επισημαίνει πώς να προφυλάγεται ο χριστιανός μετά την εξομολόγηση: πρώτον ο καθένας οφείλει να θυμάται τις αμαρτίες τις οποίες έχει πράξει, καθώς ο Δαυίδ «και η αμαρτία ενώπιόν μου έστι διά παντός». Γιατί παρά το γεγονός πως του έχουν συγχωρηθεί από τον πνευματικό, με την ενθύμησή τους, θα φοβάται να μην υποπέσει ξανά σ'αυτές. Δεύτερο είναι το να αποφεύγει τα αίτια της αμαρτίας, καθώς και ο Κύριος είπε: «Ει ο οφθαλμός σου ο δεξιός σκανδαλίζει σε, έξελε αυτόν, και βάλε από σου. Συμφέρει γαρ σοι, ίνα απόλληται εν από των μελών σου, και μη όλον το σώμα σου βληθεί εις την γέενναν» (Ματθ. ε' 29). Το τρίτον είναι η συνεχής εξομολόγηση, καθώς η πληγή όταν φανερωθεί στο γιατρό δε μεγαλώνει, ομοίως και η αμαρτία, η οποία αποτελεί πληγή στη ψυχή, δεν πολλαπλασιάζεται. Κατά τον άγιο Ιωάννη της Κλίμακος : «Μώλωπες θριαμβευόμενοι, ου προκόψουσιν επί το χείρον, αλλ' ιαθήσονται». Δηλαδή, οι πληγές της αμαρτίας όταν εξαγορευθούν, γιατρεύονται. Διότι οι δαίμονες αναχωρούν από τον άνθρωπο που συχνά εξομολογείται. Και το τέταρτον, να έχει μνήμη θανάτου, συγκρίνοντας τις επίγειες εφήμερες απολαύσεις με τα αιώνια αγαθά της Βασιλείας. Ένα λουτρό, μέσα στο οποίο λούζονται οι ψυχές και εξέρχονται αμέσως αλαφρωμένες από το βάρος που σήκωναν. Η Ιερά εξομολόγηση, είναι δραστικό γιατρικό, το οποίο εξαφανίζει κάθε αόρατη ασθένεια και επαναφέρει τη ψυχή στην προτέρα της υγεία και χάρη¹⁵⁴.

¹⁵³ Αγίου Νικοδήμου Αγιορείτη, *Προς μετανοούντα, περί εξομολογήσεως*, (Έκδοσις Αδελφότης Καρτσωναίων, Καλύβη Αγίου Γεωργίου, Ιερά Σκήτη Αγίας Άννης, Άγιον Όρος). [http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/tributes/osios_nikodhmos_agioreiths/pros_metanooynta.htm,(26/04/23)].

¹⁵⁴ Αγίου Νικοδήμου Αγιορείτη, *Προς μετανοούντα, περί εξομολογήσεως*, (Έκδοσις Αδελφότης Καρτσωναίων, Καλύβη Αγίου Γεωργίου, Ιερά Σκήτη Αγίας Άννης, Άγιον Όρος). [http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/tributes/osios_nikodhmos_agioreiths/pros_metanooynta.htm (26/04/23)].

2.8. Ο Πνευματικός Πατέρας

«Υπάρχει ένας ιατρός ο οποίος είναι ταυτόχρονα και σαρκικός και πνευματικός, γεννημένος και αγέννητος, Θεός που ενσαρκώθηκε, αληθινή ζωή στο θάνατο. Ο Κύριός μας Ιησούς Χριστός»¹⁵⁵.

Ένας πνευματικός πατέρας ασκεί άξια τη διακονία της θεραπείας, της καθοδήγησης και της διδασκαλίας, στο βαθμό που αυτός μένει εν Χριστώ κι ο Χριστός κατοικεί σ' αυτόν¹⁵⁶. Ο πνευματικός οφείλει να μάθει να αισθάνεται τον εσωτερικό κόσμο του προσώπου που έχει ενώπιόν του και να του μιλά σύμφωνα με το θέλημα του Θεού. Γι' αυτό και επιβάλλεται να ικετεύει το Θεό, να ευλογεί τη συνάντησή με τα πνευματικά του τέκνα, αλλά και να κατορθώσει ν' αγγίξει την καρδιά τους με τη χάρη του Αγίου Πνεύματος¹⁵⁷.

Οι ποιμένες της Εκκλησίας, συνεχίζουν το λυτρωτικό Του έργο ως ιατρού, οι οποίοι θεραπεύουν τους πιστούς από τις αμαρτίες – ασθένειες της ψυχής. Αυτό επιτυγχάνεται με την κάθαρση την οποία παρέχει η θεία χάρη, δια του ποιμένου ως οργάνου αυτής, αφού μέσω αυτού ενεργεί ο Τριαδικός Θεός¹⁵⁸.

Στόχος του, ως αγγελιαφόρος του Θεού και μεσίτης των ανθρώπων και ταπεινός ακόλουθος των ανά τους αιώνες προφητών και ιερέων, «να δημιουργήσει θεούς για την αιωνιότητα μέσα στο άκτιστο φως»¹⁵⁹.

¹⁵⁵ Ιγνατίου Αντιοχείας, *Επιστολή προς Εφεσίους*, 7. PG 5, 649C – 652A, “Εις ιατρός έστιν, σαρκικός τε και πνευματικός, γεννητός κι αγέννητος, εν σαρκό γενόμενος Θεός, εν θανάτω ζωή αληθινή, κα εκ Μαρίας και εκ Θεού, πρώτον παθητός και τότε απαθής, Ιησούς Χριστός, ο Κύριος ημών». Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 242.

¹⁵⁶ Ιωάν. 17, 23

¹⁵⁷ Ιγνατίου Αντιοχείας, *Προς Πολύκαρπον*, 1, Συριακή έκδοση, PG 5, 720B, και 720D : “Τοις κατ’ άνδρα κατά θέλημα Θεού, λαλεί». Αρχιμ. Ζαχαρία, *The enlargement of the heart*, Mount Thabor Publishing, Νότια Χαναάν Πενσυλβανίας, 2006, σελ. 169, 174. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 243, 244.

¹⁵⁸ Μουρατίδου, «Η ιατρική του σώματος τύπος της κατά ψυχήν θεραπείας κατά τη διδασκαλία του Μ. Βασιλείου», σ. 39. Αρχιμ. Αρίσταρχου Γκρέκα, «Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο» σ.77, 78.

¹⁵⁹ Αρχιμ. Σωφρονίου, *Περί προσευχής*, εκδ. Ιερά Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 1993, σελ. 212, 238. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 245.

2.9. Η προσευχή και η προσευχή του Ιησού (Νοερά ή Καρδιακή Προσευχή)

Ο Ιωάννης της Κλίμακας στο ομώνυμο έργο του, παρουσιάζει ένα τρόπο προσευχής, ο οποίος τού αποκαλύφθηκε από άγγελο Κυρίου: Πριν την προσευχή πρέπει ο πιστός να ευχαριστεί ειλικρινά τον Θεό, ακολούθως με συντριβή να εξομολογείται τις αμαρτίες του και στο τέλος να αιτείται απ' Αυτόν αυτά τα οποία έχει ανάγκη¹⁶⁰.

Συμπληρώνει ο άγιος Νικόδημος στον «Αόρατο Πόλεμο»: «Στο τέλος στρέψε το νου σου και σ' αυτήν την Παναγία Θεοτόκο και θύμισέ της ότι στάθηκε η εκλεκτή από την αΐδιο πρόνοια και αγαθότητα του Θεού, ως Μητέρα της χάριτος και της ευσπλαχνίας και ως δική μας Μητέρα και συνήγορος. Και ότι μετά από τον Υιό της δεν έχουμε ασφαλέστερο και δυνατότερο καταφύγιο να προσφύγουμε, παρά σε αυτήν[...]και ότι δεν υπάρχει κανένας που να την επικαλέστηκε με πίστη και να μην τον άκουσε με ευσπλαχνία»¹⁶¹.

Η άσκηση της νοεράς προσευχής, συνοδευόμενης από βαθιά πίστη, είναι ανώτερη από κάθε άλλη ανθρώπινη, πνευματική ενέργεια¹⁶². Γράφει ο άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης : «Το όπλο της καρδιακής ή νοεράς προσευχής, το «Κύριε Ιησού Χριστέ Ελέησόν με», όνομα τόσο φοβερό, που σαν μαχαίρι με δύο στόματα στρέφεται μέσα στην καρδιά, μασάει και κατακόβει τους δαίμονες και τα πάθη»¹⁶³.

«Και καλέσας το όνομα Αυτού Ιησούν, Αυτός γαρ σώσει τον λαόν Αυτού από των αμαρτιών αυτών»¹⁶⁴. Αυτός που λέει στο Θεό: «Ελέησόν με», θρηνεί τη δική του ανικανότητα, αλλά συγχρόνως εκφέρει και μια κραυγή ελπίδας»¹⁶⁵.

¹⁶⁰ Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη (Ωρωπός Αττικής 2021) σελ. 389.

¹⁶¹ Αγίου Νικοδήμου του Αγιορείτου, *Ο Αόρατος Πόλεμος*, Απόδοση στη Νεοελληνική, Έκδοσις Συνοδίας Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Ιερά Καλύβη «Άγιος Σπυριδων Α'», Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος, σελ. 212, 213.

¹⁶² Αρχιμ. Σωφρονίου (Σαχάρωφ), *Ο Άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης*, Δέκατη Έκτη Έκδοση, (Ιερά Σταυροπηγική Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2015), σελ. 83, 84.

¹⁶³ Αγίου Νικοδήμου του Αγιορείτου, *Ο Αόρατος Πόλεμος*, Απόδοση στη Νεοελληνική, (Έκδοσις Συνοδίας Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Ιερά Καλύβη «Άγιος Σπυριδων Α'», Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος) σελ. 75.

¹⁶⁴ Ματθ. 1,21.

¹⁶⁵ Επίσκοπος Κάλλιστος Ware, *Η δύναμη του Ονόματος - Η προσευχή του Ιησού στην Ορθόδοξη Πνευματικότητα* μφρ. Δ. Χουλιάρης, Ελ. Μασσαλή, Δημ. Κόκκινος. Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 2005. σ. 32.

«Προφυλάξου από τη φαντασία μέσα στην προσευχή, αλλιώς πιθανόν ν' ανακαλύψεις ότι κατάντησες ένας φανταστής αντί ένας ησυχαστής», συμβουλεύει ο άγιος Γρηγόριος ο Σιναΐτης¹⁶⁶.

Ο σύγχρονος άγιος Πορφύριος ο Κουσοκαλυβίτης με τη δική του εν Χριστώ ζωή και τον διεισδυτικό του λόγο, συνιστά όπως η προσευχή είναι κάτι που γίνεται απαλά και απλά. Χωρίς βία¹⁶⁷. Όπως μια μάνα απευθύνεται στο παιδί της.

Η νοερά προσευχή βοηθά τον άνθρωπο να δει το Χριστό σε όλους τους ανθρώπους και όλους τους ανθρώπους στο Χριστό. Επομένως δεν αποτελεί μέσο καταφυγής και άρνησης του κόσμου, τουναντίον, είναι έντονα καταφατική. Μετασχηματίζει αυτόν που τη διενεργεί σε «άνθρωπο για τους άλλους, ένα ζωντανό όργανο της ειρήνης του Θεού, ένα δυναμικό κέντρο συνδιαλλαγής»¹⁶⁸.

Ο Γρηγόριος Παλαμάς υποστηρίζει πως η θέρμη της καρδιάς, μεταδίδεται και στο σώμα, καθώς δε λαμβάνει μόνο η ψυχή τον αρραβώνα της Μελλούσης Ζωής, αλλά και το σώμα¹⁶⁹. Επίσης διδάσκει πως, «όταν το ενιαίο του νου γίνεται τρία, μένοντας ένα (ενδιάθετος λόγος, Πνεύμα και φυσική θέληση), τότε ενώνεται με τη Θεαρχική Τριαδική Μονάδα, αποκλείοντας κάθε είσοδο πλάνης, και βρίσκεται πάνω από κάθε καθεστώς σάρκας, κόσμου και κοσμοκράτορος». Μόνο με το μέσο της νοεράς προσευχής μπορεί ο άνθρωπος να φυλάξει την πρώτη εντολή, το «να αγαπήσεις τον Κύριο το Θεό σου με όλη σου τη ψυχή»¹⁷⁰.

¹⁶⁶ Επίσκοπος Κάλλιστος Ware, *Η δύναμη του Ονόματος - Η προσευχή του Ιησού στην Ορθόδοξη Πνευματικότητα* μτφρ. Δ. Χουλιάρης, Ελ. Μασσαλή, Δημ. Κόκκινος. Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 2005. σ. 48.

¹⁶⁷ Γέροντος Πορφυρίου Κουσοκαλυβίτου, *Βίος και Λόγοι*, Ιερά Μονή Ζωοδόχου Πηγής – Χρυσοπηγής, Χανιά, Κρήτη, 2006, σελ. 290. : «Ο σκοπός δεν είναι να κάθεστε, να πλήττετε και να σφιγγεσθε για να βελτιωθείτε. Ο σκοπός είναι να ζείτε, να μελετάτε, να προσεύχεσθε, να προχωράτε στην αγάπη, στην αγάπη του Χριστού, στην αγάπη της Εκκλησίας». Αγίου Νικοδήμου του Αγιορείτου, *Ο Αόρατος Πόλεμος*, Απόδοση στη Νεοελληνική, Έκδοσις Συνοδίας Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Ιερά Καλύβη «Άγιος Σπυριδων Α'», Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος: «Χωρίς τη βία και την καταπίεση της καρδιάς σου», ομοίως και ο άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης. σελ.290.

¹⁶⁸ Επίσκοπος Κάλλιστος Ware, *Η δύναμη του Ονόματος - Η προσευχή του Ιησού στην Ορθόδοξη Πνευματικότητα* μτφρ. Δ. Χουλιάρης, Ελ. Μασσαλή, Δημ. Κόκκινος. Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 2005. σ. 77.

¹⁶⁹ Γρηγόριος Παλαμάς, Έργα, τομ. 2, Εκδοτικός Οίκος Ελευθερίου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», Θεσσαλονίκη, 1981, σελ. 220. Ιερόθεου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, (Λειβαδιά, Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017) σελ. 195

¹⁷⁰ Αγίου Νικοδήμου του Αγιορείτου, *Ο Αόρατος Πόλεμος*, Απόδοση στη Νεοελληνική, (Έκδοσις Συνοδίας Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Ιερά Καλύβη «Άγιος Σπυριδων Α'», Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος), σελ. 202.

Σύμφωνα με τον Παύλο Ευδοκίμωφ (1901 – 1970), «η γυναίκα που συναντάμε προσευχόμενη στις εικόνες στις κατακόμβες, αντιπροσωπεύει την αληθινή στάση της ανθρώπινης ψυχής. Δεν αρκεί να κατέχουμε την προσευχή: πρέπει να γίνουμε προσευχή – προσευχή ενσαρκωμένη»¹⁷¹.

Όταν ο αββάς Μακάριος ο Αιγύπτιος ρωτήθηκε πώς πρέπει κάποιος να προσεύχεται, απάντησε: « Δεν υπάρχει ανάγκη να χάνεσαι στα λόγια. Είναι αρκετό ν' απλώσεις τα χέρια σου και να πεις: Κύριε όπως θέλεις κι όπως εσύ ξέρεις, ελέησέ με. Αν σε πιέζει η μάχη, πες, Κύριε, βοήθεια! Αυτός ξέρει τι χρειάζεσαι και θα σε ελεήσει»¹⁷².

2.10. Η Εκκλησία

Ο Άγιος Νικόδημος ο Αγιορείτης επισημαίνει πως η Εκκλησία είναι η κοινή μητέρα όλων των ορθοδόξων χριστιανών, η οποία τους αναγέννησε στην κολυμβήθρα του αγίου βαπτίσματος¹⁷³ και ο Άγιος Νικόλαος Καβάσιλας διαβεβαιώνει πως με τα Μυστήρια της Εκκλησίας, τα οποία αποτελούν μέσα σωτηρίας, το Άγιο Πνεύμα ενεργοποιεί μια νέα πνευματική Ζωή, αφού: «ο Χριστός επιδημεί και ανοικεί και συνάπτεται και προσφύεται, και την αμαρτία εν υμίν αποπνίγει και την ζωήν ενίησι την εαυτού και την αριστείαν»¹⁷⁴.

Η θεότητα η οποία προβαίνει εκτός της ουσίας της και μεταδίδεται στον άνθρωπο, το μεγαλείο της θείας φύσης η οποία μπορεί να προσληφθεί από τον άνθρωπο και να μπορεί να μετέχει στις ενέργειές της, αποτελεί για την εκκλησία η χάρη του Αγίου Πνεύματος. Ο Χριστός ανακεφαλαιώνει την ανθρώπινη φύση λαμβάνοντας αυτήν. Το έργο όμως του Αγίου πνεύματος αναφέρεται στο κάθε

¹⁷¹ Επίσκοπος Κάλλιστος Ware, *Η δύναμη του Ονόματος - Η προσευχή του Ιησού στην Ορθόδοξη Πνευματικότητα* μτφρ. Δ. Χουλιάρης, Ελ. Μασσαλή, Δημ. Κόκκινος. (Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 2005). σ. 50,51,79.

¹⁷² Trad. Gouillard, *Petite Philocalie*, Editions des Cahiers du Sud, Paris, 1953, p.58.

Meyendorff John, *Ο άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς και η Ορθόδοξη Μυστική Παράδοση*, (Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 1989), σελ. 33.

¹⁷³ Νικοδήμου Αγιορείτου: [« κοινή μήτηρ όλων των Ορθοδόξων, η οποία ανεγέννησεν αυτούς διά της κολυμβήθρας του αγίου βαπτίσματος»], *Χρηστοθήθεια των Χριστιανών*, σ. 296. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostracon, 2020)σελ. 128 .

¹⁷⁴ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Χρηστοθήθεια των Χριστιανών*, σ. 296, Νιολάου Καβάσιλα, *Περί της εν Χριστώ ζωής*, 1, PG 150, 516C – 516D. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostracon, 2020). Σελ. 128.

πρόσωπο κατά τρόπο προσαρμοσμένο στον καθένα ξεχωριστά, ως «κατ' εικόνα» Θεού πεπρωμένον πρόσωπο¹⁷⁵.

Η Εκκλησία αποτελεί συγχρόνως το σώμα του Χριστού, και το πλήρωμα του Αγίου πνεύματος. Η ενότητα του σώματος αναφέρεται στη φύση, ενώ το πλήρωμα του Πνεύματος, στα πρόσωπα¹⁷⁶.

Εφαρμόζοντας την αγάπη και την άσκηση των αρετών ως αποτέλεσμα τήρησης των εντολών, ο πιστός φτάνει στην τελείωση με τη συμμετοχή στα θεία Μυστήρια. Η ενανθρώπιση του Χριστού οδηγεί τον άνθρωπο στη σωτηρία και δωρίζει το Άγιο Πνεύμα μέσω των Μυστηρίων που συντελούνται μέσα στην Εκκλησία ως σώματός Του¹⁷⁷.

2.10.1. Το Άγιον Βάπτισμα και το Χρίσμα

Κατά τον άγιο Σεραφείμ του Σαρώφ, η παρουσία του Αγίου Πνεύματος εντός μας, η βαπτισματική χάρη, αναλλοίωτη και προσωπική για τον καθένα, αποτελεί το θεμέλιο της χριστιανικής ζωής, η εντός ημών Βασιλεία, την οποία μας ετοιμάζει το Άγιον Πνεύμα¹⁷⁸.

Η χάρη του Αγίου Πνεύματος, αποτελεί την άκτιστη ενέργεια της Θεότητας – διακρινόμενη από τη θεία ουσία – η οποία μεταδίδεται στα κτιστά όντα, θεοποιώντας τα, ταυτίζεται με τον άνθρωπο ως θεία ζωή η οποία εισέρχεται εντός του. Αυτό κράζει στην καρδιά του «Αββά ο Πατήρ» κατά τον απόστολο Παύλο. Η θέληση του Θεού μάς παρέχει αυτή τη χάρη, όσο η δική μας συμφωνεί με τη βούλησή Του. Αυτός είναι ο δρόμος προς τη θέωση η οποία καταλήγει στη Βασιλεία του Θεού και εισάγεται εντός μας δια του Αγίου Πνεύματος από την παρούσα ζωή.

2.7.¹⁷⁵ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ. 190, 193.

¹⁷⁶ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ. 205.

¹⁷⁷ Συμεών Νέου Θεολόγου, *Ύμνος*, 55, 142 – 147, SC 196, σελ. 264. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σελ. 235.

¹⁷⁸ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ. 198, 199.

Το Άγιο Πνεύμα είναι το βασιλικό χρίσμα, τοποθετημένο από τον Χριστό σε κάθε χριστιανό και κάθε κληθέντα να βασιλεύσει μαζί του στον μέλλοντα αιώνα¹⁷⁹.

Σύμφωνα με τον άγιο Γρηγόριο Νύσσης, κατά το βάπτισμα, εισέρχεται κάποιος στην ανάσταση και στην αιώνια ζωή. Κατά τον άγιο Αθανάσιο, αυτό ενοποιεί τον άνθρωπο με το σώμα του Χριστού και αποτελεί πηγή αναστάσεως και σωτηρίας. Σύμφωνα με τον άγιο Νικόδημο τον Αγιορείτη, το βάπτισμα γιατρεύει τη νόσο της ένθεης δίψας και ξηρασίας, την οποία έχουν οι αβάπτιστοι και αδίδακτοι για τον Θεό, η οποία μπορεί να οδηγήσει ακόμη και στο θάνατο¹⁸⁰(!)

Με το βάπτισμα αποκαθίσταται το «κατ' εικόνα» και αναβιβάζεται ο άνθρωπος στο πρώτο αξίωμα. Ο πιστός ενδύεται τον Χριστό, συσταυρώνεται, συνθάπτεται και συνανασταίνεται. Αυτό ενσωματώνει τους πιστούς στην Εκκλησία ενώ η τέλεια ενσωμάτωση ολοκληρώνεται κατά το Μυστήριο της Θείας Ευχαριστίας¹⁸¹.

Η κατάσταση των χριστιανών είναι ανώτερη από εκείνη των πρωτοπλάστων προ της πτώσης. Αφού συμπεριλαμβάνονται στο σώμα το οποίο ρέει το αίμα του Χριστού, το οποίο καθαίρει από κάθε σπίλο. Η παρουσία του Αγίου Πνεύματος εντός του, δε μπορεί ν' απολεσθεί¹⁸².

Το βάπτισμα αποτελεί πανοπλία του Αγίου Πνεύματος για τον χριστιανό κατά τον πνευματικό αγώνα εναντίον ορατών κι αοράτων εχθρών¹⁸³. Λειτουργεί κατά

¹⁷⁹ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ. Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ.201.

¹⁸⁰ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Εορτοδρόμιον ήτοι ερμηνεία εις τους κανόνας των δεσποτικών και θεομητορικών εορτών*, τ. Α', εκδ. Ορθόδοξος Κυψέλη, Θεσσαλονίκη 1967, σ. 311. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostracon, 2020) σελ. 129, 130.

¹⁸¹ Π. Μιχαήλ Καρδαμάκη, *Ορθόδοξη Πνευματικότητα, η αυθεντικότητα του ανθρωπίνου ήθους*, εκδ. Ακρίτας, Αθήνα, 1993, σ. 112 – 113. Νικοδήμου Αγιορείτου, *Ερμηνεία εις τας ΙΔ' επιστολάς του αποστόλου Παύλου από Θεοφυλάκτου Βουλγαρίας*, εκδ. Ορθόδοξος Κυψέλη, τ. Α', Θεσσαλονίκη 1989, σ. 583. Α' Κορ. 12, 13. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostracon, 2020) σ. 130, 131.

¹⁸² Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ. Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ. 211.

¹⁸³ Νικοδήμου Αγιορείτη, *Εορτοδρόμιον*, τ. Α'. σ.329. Νικοδήμου Αγιορείτου, *Ερμηνείας εις τας επτά καθολικάς επιστολάς των αγίων Αποστόλων*, εκδ. Ορθόδοξος Κυψέλη, Θεσσαλονίκη 1986, σ. 630, *Νέα Κλίμαξ*, σ. 235. Ιγνατίου Θεοφόρου, *Προς Πολύκαρπον* 6, PG 5, 724C. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, «Η θεραπευτική των μυστηρίων στη ζωή της Εκκλησίας κατά τον Νικόδημο τον Αγιορείτη», *Γρηγόριος Παλαμάς*, Τεύχος 857 (Θεσσαλονίκη: Απρίλιος – Ιούνιος 2017) σελ. 15.

των παθών και της αμαρτίας, με την ενεργοποίηση της ελεύθερης βούλησης η οποία λειτουργεί στην καλλιέργεια και διατήρηση της θείας χάρης¹⁸⁴.

2.10.2. Η Θεία Κοινωνία

«Ο άρτος και ο οίνος μεταποιούνται εις σώμα και αίμα Χριστού».

Η μεταποίησης αυτή είναι ανάλογος προς το θαύμα της ενανθρωπήσεως¹⁸⁵!

Η Θεία Μετάληψη του Σώματος και του Αίματος του Χριστού ονομάζεται ο «επιούσιος άρτος», καθώς αγιάζει, θεραπεύει και συντηρεί την ουσία της ψυχής και την ενδυναμώνει στο να τηρεί τις εντολές¹⁸⁶.

Το μυστήριο της Θείας Ευχαριστίας μπορεί ν' αποκαλεστεί κι ως μυστήριο των μυστηρίων, καθώς παραδόθηκε από τον ίδιο τον Κύριο. Υπερέχει κατά την αριθμητική υπέρβαση των όρων της φύσης. Σύμφωνα με τον Αριστοτέλη, υπάρχουν δέκα τρόποι ύπαρξης των φυσικών πραγμάτων : ουσία, ποσόν, ποιόν, προς τι, πού, πότε, κείσθαι, ευρίσκεσθαι, έχειν, ποιείν (ενεργείν) και πάσχειν. Το μυστήριο αυτό, το οποίο μπορεί να ονομαστεί και ως θαύμα των θαυμάτων, υπερβαίνει όλα τα πιο πάνω :

Κατά την ουσία : Η ουσία άρτου και οίνου, των τιμίων δώρων, μετρέπονται μετά τον αγιασμό και την ευλογία, σε σώμα και αίμα Χριστού.

Κατά το ποσόν : Ολόκληρο το σώμα του Κυρίου περιλαμβάνεται σε όλο τον άγιο άρτο και συγχρόνως σε κάθε μερίδα.

¹⁸⁴ Συμεών Νέου Θεολόγου, *Κεφάλαια Πρακτικά και θεολογικά* 89, SC 51, σ, 109. Μάρκου του Ασκητού, *Περί του θείου βαπτίσματος* PG 65, 988B. Νικοδήμου Αγιορείτου, *Εορτοδρόμιον*, τ. Α', σ.55. *Εξομολογητάριον* σ. 51, 287. Μακαρίου Αιγυπτίου, *Ομιλίες Πνευματικά* 15, 14, PG 34, 584D-585A. Γρηγορίου Νύσσης, *Λόγος Κατηχητικός* 35, PG 45, 89A – 89B. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, «Η θεραπευτική των μυστηρίων στη ζωή της Εκκλησίας κατά τον Νικόδημο τον Αγιορείτη», *Γρηγόριος Παλαμάς*, Τεύχος 857 (Θεσσαλονίκη: Απρίλιος – Ιούνιος 2017) σελ. 15.

¹⁸⁵ Ιωάννη Δαμασκηνού, *Έργα* 1, Θεσσαλονίκη: Πατερικά Εκδόσεις Γρηγόριος Παλαμάς, Εκδοτικός Οίκος Ελευθέριου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», 1978, σελ. 33.

¹⁸⁶ PG 94, Έκθ. 86. Νικοδήμου Αγιορείτη, *Περί συνεχούς μεταλήψεως*, σ. 48. Στις Ευαγγελικές διηγήσεις παρατηρούμε την έμφαση που δίνεται στο ρόλο του Ιησού ως γιατρού και θεραπευτή, όπως και το ενδιαφέρον του για τις συνέπειες της θεραπείας και για το πώς αντιδρούσαν οι θεραπευμένοι. Π. Βασιλειάδη, «Ο Ιησούς Χριστός ιατρός των ψυχών και των σωμάτων», σ. 46, 47. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας* 1 (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σ. 144.

Κατά το ποιόν : Ενώ τρώει ο άνθρωπος και πίνει σώμα και αίμα Χριστού, γεύεται ποιότητα άρτου και οίνου.

Κατά το προς τι : Δηλαδή κατά τη σχέση. Ενώ έχει γεννηθεί από την Αειπάρθενο Μαρία σε ορισμένο χρόνο, κατά το μυστήριο, τελεσιουργείται η μετατροπή των τιμών δώρων στον ίδιο τον Ιησού Χριστό.

Κατά το πότε : Τα θεία χαρακτηριστικά, ως δηλαδή άφθαρτο και αθάνατο σώμα και πηγή αιωνίου ζωής αίμα, παραμένουν μέσα στη Θεία Ευχαριστία, κατά το χρόνο που παραμένει ο άρτος και ο οίνος.

Κατά το κείσθαι : Στη Θεία Λειτουργία ο Ιησούς θεωρείται κείμενος στη φάτνη, από τη γέννηση μέχρι και την Ανάληψή του και την εκ δεξιών καθέδρα ως Υιός και Θεός.

Κατά το έχουν : Η εξωτερική περιβολή, του άρτου και του οίνου είναι άλλη από την πραγματική ουσία.

Κατά το ποιείν : Ενώ αγγίζει την αίσθηση, αγιάζει και μεταποιεί την ψυχή.

Κατά το πάσχειν : Ως σώμα Χριστού διαμελίζεται αλλά δεν διαιρείται Τρώγεται, αλλά δεν εξαντλείται¹⁸⁷.

Ο άγιος Συμεών ο Νέος Θεολόγος ρωτά: «Ποιος είναι ο τρόπος με τον οποίο εικονίζεται η βασιλεία του Θεού, ποιο είναι αυτό που εικονίζει τη Βασιλεία στο χώρο της ιστορίας;» Και απαντά: «Τα αγαθά της βασιλείας είναι το σώμα και το αίμα του Χριστού, τα οποία κάθε μέρα τρώμε και πίνουμε. Έξω απ' αυτά δε θα βρεις τίποτα ακόμα κι αν διατρέξεις όλη τη κτίση»¹⁸⁸.

Ο Νικόδημος ο Αγιορείτης συμβουλεύει πως όσο καλύτερα προετοιμάζεται κανείς για το μυστήριο, τόση ωφέλεια λαμβάνει. Η άσκηση ως διαδικασία κάθαρσης προετοιμάζει για τη Θεία Ευχαριστία και η Θεία Ευχαριστία ολοκληρώνει την άσκηση¹⁸⁹.

¹⁸⁷ Αγίου Νεκταρίου Πενταπόλεως, *Περί επιμελείας ψυχής*, Εκδόσεις Σταμούλη, Α.Ε. , Αθήνα, 2017) σελ.136 – 138. Κατά τον άγιο Νεκτάριο στο μυστήριο της θείας Μεταλήψεως, συνυπάρχει όχι μόνο η θεότητα, αλλά και η ανθρωπότητα.

¹⁸⁸ π. Νικόλαος Λουδοβίκος, *Ψυχανάλυση και Ορθόδοξη Θεολογία: περί επιθυμίας, καθολικότητας και εσχατολογίας* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός, 2003) σ.61.

¹⁸⁹ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Περί της συνεχούς μεταλήψεως*, σ. 99. Νικοδήμου Αγιορείτου, *Ερμηνεία εις τας ΙΔ' επιστολάς του αποστόλου Παύλου*, τ. Α', σ. 533. Π. Μεταλληνού, *Η θεολογική μαρτυρία της εκκλησιαστικής λατρείας*, εκδ. Αρμός, Αθήνα 1996, σ. 277. Αρχιμ.

Ο άγιος Ιγνάτιος Αντιοχείας επισημαίνει πως « η Θεία Ευχαριστία αποτελεί φάρμακον αθανασίας» και ο άγιος Ειρηναίος: «τα σώματά μας παίρνοντας τη Θεία Κοινωνία, παύουν να είναι φθαρτά»¹⁹⁰.

«Εις την Θεία Μετάληψη, όλος ο Θεάνθρωπος ήλιος, εμβαίνει και συγκιρνάται και ζυμώνεται με όλον τον άνθρωπο»¹⁹¹.

2.11. Η Νήψη

Νήψη καλείται η απομάκρυνση του νου από κάθε φαντασία, σκέψη και λογισμό¹⁹². Συνίσταται στην εγρήγορση, επαγρύπνηση, προσοχή και σωφροσύνη καθώς και στη φυλακή της καρδιάς. Καταστάσεις κατά τις οποίες διατηρείται η υγεία της ψυχής αφού δε μολύνεται από εισερχόμενους λογισμούς. Οδηγεί στην απάθεια¹⁹³, την κατάσταση δηλαδή κατά την οποία η ψυχή δεν κυριεύεται από τα πάθη της. Έτσι η προσοχή και η προσευχή φέρουν τη χάρη του Θεού στην καρδιά¹⁹⁴.

2.12. Η Ησυχία

Η ιερά ησυχία, ανακαινίζει την ύπαρξη και ενώνει τον άνθρωπο με το δημιουργό. Τότε διορθώνεται και η κοινωνία, γιατί φυσικό επακόλουθο της φιλοθεΐας είναι η φιλανθρωπία¹⁹⁵.

Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 145

¹⁹⁰ ΒΕΠ. 2, 292. *Κατά αιρέσεων 4*, 18.5, Γρηγορίου Νύσσης, *Μυστική Θεολογία*, Επιλογή Κειμένων, Εισαγωγή – Μετάφραση, Αρχιμ. Παγκρατίου Μπρούσαλη, (Κατερίνη: Εκδόσεις Επέκταση, 1997) σελ.29

¹⁹¹ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Περί συνεχούς μεταλήψεως*, σ. 41. π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015) σ. 161.

¹⁹² Γ. Γαλίτη, *Η αδιάλειπτη προσευχή κατά τον Άγιο Γρηγόριο Παλαμά*, σ.178. π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015)σελ. 40.

¹⁹³ Π. Μιχαήλ Καρδαμάκη, *Ορθόδοξη Πνευματικότητα*, σελ. 393. Ησυχίου Πρεσβυτέρου, *Προς Θεόδουλον, Φιλοκαλία των Ιερών Νηπητικών Α'*, σ. 155. π. Αριστάρχου Γκρέκα, *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης (Θεσσαλονίκη: 2015) σελ.40.

¹⁹⁴ Ιεροθέου Βλάχου, *Μικρά Είσοδος στην Ορθόδοξη Πνευματικότητα*, σ.114-115.

¹⁹⁵ Ιεροθέου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, (Λειβαδιά, Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017) σελ. 324.

Ησυχία κατά τον Ιωάννη της Κλίμακας, είναι η ακατάπαυστη λατρεία του Θεού και η παράσταση ενώπιόν Του.

2.13. Η Άσκηση (Σωματική και πνευματική)

Σκοπός της άσκησης, με επίκεντρο την άσκηση της θέλησης, είναι η κάθαρση των αισθήσεων από τα πάθη και η εκρίζωση κακών συνηθειών ή ασθενειών οι οποίες έχουν ριζώσει στα βάθη της ψυχής, από την παιδική και την εφηβική ηλικία¹⁹⁶.

Η αδιάκοπη μελέτη και σπουδή της Αγίας Γραφής, σημειώνει ο Μέγας Αθανάσιος, αποτελεί απαραίτητη μορφή πνευματικής άσκησης, η οποία τακτικά επιβάλλεται, ώστε οι καλοί λογισμοί να οδηγούν τον πιστό σε πράξεις αρετής¹⁹⁷. Όταν ο πιστός διαβάζει καθημερινά με προθυμία και δίψα τη θεία γνώση, τότε όλα καθαγιάζονται. Και οι σκοποί της καρδιάς του, αλλά και οι περιπλανήσεις της φαντασίας του¹⁹⁸.

Έτσι θα του είναι πιο εύκολο να δεχθεί τους ενοχλητικούς και προσβλητικούς ανθρώπους ως γιατρούς ή ως φάρμακα, τα οποία έχουν σταλεί από τον Χριστό ως μέσα κάθαρσης των παθών του, για την πνευματική του θεραπεία¹⁹⁹.

¹⁹⁶ Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας Ι* (Θεσσαλονίκη: Εκδόσεις Ostrakon, 2020) σελ. 124, 125.

¹⁹⁷ Μ. Αθανασίου, *Επιστολές Εορτασικές*, 11,7. PG 26, 1408A: [«Οι άνθρωποι παρακινούνται στην ενάρετη συμπεριφορά, όχι μόνο από την πράξη αλλά και από τους λογισμούς της διάνοιας...Επομένως αγαπητέ μου, η μελέτη του νόμου και η αδιάκοπη άσκηση της αρετής, είναι αναγκαίες». Γράφει ο Παύλος στον Τιμόθεο, όταν αποκάλεσε την αδιάλειπτη μελέτη γυμνασία]. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 369.

¹⁹⁸ Ιωάννου Κασσιανού, *Collationes*, 2, 14, 13. PL 49, 979B – 981B: [«Ο νους του ανθρώπου δε μπορεί να εκκενωθεί απ' όλους τους λογισμούς. Αν δεν είναι απασχολημένος με πνευματικά ενδιαφέροντα, είναι βέβαιο πως θα καταληφθεί με αυτά που έμεθε πριν από πολύ καιρό...Αν η αφήγηση των ιερών θεμάτων επαναλαμβάνεται συχνά στο νου που αισθάνεται δίψα για την αληθινή γνώση, τότε ο κορεσμός δε θα δημιουργήσει ποτέ την αποστροφή, αλλά θα τη λαμβάνει καθημερινά σα να ήταν κάτι νέο και επιθυμητό που είναι ένα ευχάριστο θέμα συζητήσεως ανεξάρτητα από τη συχνότητα του ακούσματος στο παρελθόν. Από την επανάληψη αυτών των πραγμάτων, ο νους θα αποκτήσει την επιβεβαίωση της γνώσης που ήδη κατέχει από τη συχνή σύναξη...Κι έτσι κάποτε κάθε σκοπός και λογισμός της καρδιάς σας, αλλά και όλες οι περιηγήσεις και περιπλανήσεις της φαντασίας σας θα γίνουν σε σας μια ιερή και ακατάπαυστη συλλογή του νόμου του Θεού»]. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 370.

¹⁹⁹ Αββά Ζωσιμά, *Διαλογισμοί*, 1. PG 78, 1684 CD: «Εάν λάβη τις νόημα θλίψαντος αυτόν ή λoidορήσαντος, ή ονειδίσαντος, ή εική διασύραντος...οφείλεις μεμνήσθαι αυτού ως ιατρού πεμφθέντος σοι από του Χριστού. Χρεωσείς υπέρ του ονόματος αυτού παθείν, και οφείλεις έχειν αυτόν ως ευεργέτην...και οφείλεις δέχεσθαι τα παρ' αυτού ως φάρμακα θεραπευτικά πεμφθέντα παρά σοι του Ιησού.» Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.375.

Σύμφωνα με τον άγιο Δωρόθεο Γάζης, «η ψυχή επηρεάζεται από τις πράξεις του σώματος»²⁰⁰. Έτσι και οι όσιοι Πατέρες συστήνουν πέραν από τη νηστεία, την αγρυπνία, τις γονυκλισίες και τη χρήση σωματικής άσκησης, είτε με χειρωνακτική εργασία, είτε με χειροτεχνίες, ως μέσο ανακούφισης από εισβολή λογισμών, ανία ή/και ακηδία²⁰¹.

2.14. Οι προϋποθέσεις και η διαδικασία για τη θεραπεία του νου – της ψυχής

Η θεραπεία του νου, είναι η επιστροφή της ενέργειάς του στην καρδιά μετά τη διάχυσή του. Κατά την επιστροφή, πρώτα συναντά τη φυσική, σαρκική καρδιά και στη συνέχεια τη μεταφυσική – πνευματική καρδιά (η οποία βρίσκεται μέσα στη σαρκική σε όργανο) και διεισδύει στο βάθος της για να γνωρίσει και να αναγνωρίσει το απύθμενο βάθος της ύπαρξής του. Ακολουθεί η απάθεια, αυτογνωσία και η απαλλαγή από κάθε φαντασία²⁰².

Στην πορεία προς την ψυχική κάθαρση, προηγείται το θυμικό μέρος το οποίο σε συνέργεια με το σώμα, κατά τη διαδικασία της ίασης, έχει αναφορά στην αρετή. Ο θυμός, οι λογισμοί, τα πάθη, οι ηδονές φεύγουν και τότε το επιθυμητικό βρίσκει τη σωστή του πορεία και οι επιθυμίες ανθρώπου έχουν πλέον κατεύθυνση προς τον προ της πτώσεως προσανατολισμό²⁰³.

Η διδασκαλία των Πατέρων είναι απλή, εύκολα κατανοητή, πρακτική, με αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα. Η υπακοή στις εντολές του Χριστού και η προσπάθεια επίτευξης της ταπείνωσης με συνεχή εφαρμογή της αυτομεμψίας, η αμφισβήτηση της αξιοπιστίας των λογισμών και αναζήτηση καθοδήγησης, αποτελούν τα κυριότερα εργαλεία αποδυνάμωσης της δράσης των λογισμών. Αναφορικά με την αμαρτία, ο άνθρωπος δε θα κριθεί για την προσβολή και την πάλη του μ' έναν λογισμό, αλλά από τη συγκατάθεσή του σ' αυτόν και την

²⁰⁰ Δωρόθεος Γάζης, Διδασκαλία, 2, 39. SC 92, 204. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 442.

²⁰¹ Νείλου Ασκητού, Λόγος περί της ακτημοσύνης, 25. PG 79, 1001C. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 443.

²⁰² Νεκταριος Θεοχαράκης, Ψυχολογία του βάρους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ. 67, 68. [<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up>, (050/6/23)].

²⁰³ Αναστασία Μπαγκαλά, *Ψυχοσωματική υγεία και νόσος στους Ασκητικούς Λόγους του αγίου Ισαάκ του Σύρου*, Διδακτορική Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2015, σελ.123. [<http://ikee.lib.auth.gr/record/270030/files/GRI-2015-14720.pdf>, (6/6/23)].

υλοποίησή του²⁰⁴. Γι' αυτό ο αγωνιστής οφείλει να απορρίψει το λογισμό όσο νωρίτερα μπορεί κι έτσι θα βλαφθεί λιγότερο. Το ιδανικό θα είναι να τον απορρίψει πριν την έναρξη της δράσης του²⁰⁵.

Από τον Θεό δημιουργήθηκαν μέσα στον άνθρωπο πολλές φυσικές αρετές όπως η ελεημοσύνη, η αγάπη, η πίστη, η ελπίδα. Υπάρχουν αρετές υπέρ της ανθρώπινης φύσης, για τις οποίες πρότυπα και διδάσκαλοι είναι είτε άλλοι άνθρωποι, είτε αγγέλοι, είτε ο ίδιος ο Θεός Λόγος. Αυτές είναι: Η αγνότητα, η αοργησία, η ταπεινοφροσύνη, η προσευχή, η ψαλμωδία, η αγρυπνία, η συνεχής κατάνυξη²⁰⁶.

Επομένως η νήψη η οποία οδηγεί στη φυλακή του νου ώστε να μη δέχεται τους λογισμούς, η καλλιέργεια καλών λογισμών κατά το πρότυπο των εντολών του Θεού, η έμπρακτη συμμετοχή στα Μυστήρια της Εκκλησίας μας, η προσευχή και η καλλιέργεια των αρετών, θα οδηγήσει τον άνθρωπο στην ησυχία του νου, την ηρεμία των λογισμών, την εκρίζωση των παθών, στην ίαση της ψυχής.

2.15. Η τελείωση ή η θέωση

«Σκοπός της ζωής μας είναι να γίνουμε τέλειοι και άγιοι». Μάς παροτρύνει ο αδικημένος από τους ανθρώπους σε όλη τη διάρκεια του επιγείου του βίου, άγιος Νεκτάριος. «Να αναδειχθούμε παιδιά του Θεού και κληρονόμοι της βασιλείας των ουρανών». Τα μέσα για το σκοπό αυτό αποτελούν η νηστεία, η αγρυπνία και η προσευχή. «Καθαρίστε την καρδιά σας από κάθε ρύπο και διατηρήστε την αγνή, για να έρθει και να κατοικήσει μέσα σας ο Κύριος· για να σας πλημμυρίσει το Άγιο Πνεύμα με τις θείες Του δωρεές κι όταν Τον βρείτε, σταθείτε με φόβο και τρόμο όπως τα Χερουβείμ και τα Σεραφείμ, γιατί η καρδιά σας έγινε θρόνος του Θεού. Αλλά για να βρείτε τον Κύριο, ταπεινωθείτε μέχρι

²⁰⁴ Θεόδωρου Βαλσαμώνος, *Κανόνες της εν Καισαρεία Συνόδου*, 4. PG 137, 1204D: «Ούτε γαρ η προσβολή κρίνεται, ούτε η πάλη, εάν την προσβολή παραδεξάμενος ο λογισμός και παλαίσας απεπέμψατο το ενθύμιον, η δε συγκατάθεσις κρίνεται και αιπιάται και η πράξις κολάζεται». Αγαπίου Μοναχού, *Πηδάλιον*, σ. 316, Σύνταγμα των θείων και ιερών κανόνων, τομ. Γ', σελ. 75 – 77. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 221.

²⁰⁵ Καλλίστου Αγγελικούδη, *Εκλογή περί της προσευχής και προσοχής*, ΕΠΕ, 21Α ,σ. 237. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 222.

²⁰⁶ Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη (Ωρωπός Αττικής 2021) σελ. 321.

το χρώμα, γιατί ο Κύριος βδελύσσεται τους υπερήφανους, ενώ αγαπάει και επισκέπτεται τους ταπεινούς στην καρδιά»²⁰⁷.

Οι στερήσεις, οι πόνοι δε μπορούν να οδηγήσουν στην τελείωση αν δε γίνονται ελεύθερα αποδεκτές. Ένα τέλειο πρόσωπο λαμβάνει με πλήρη συνείδηση όλες τις αποφάσεις, ελεύθερο από κάθε βία και ανάγκη. Όσο προοδεύει, τόσο πιο συνειδητό γίνεται. Στην πνευματική ζωή, αυτή η συνείδηση καλείται γνώση υπό των ασκητικών Πατέρων της Ανατολής. Εκδηλώνεται πλήρως στην υψηλότερη βαθμίδα της, ως η τέλεια γνώση της Αγίας Τριάδας²⁰⁸.

Κατά τη θεωρία, ολοκληρώνει ο χριστιανός τον επίγειο προορισμό του και αξιώνεται της κατά Χάριν υιοθεσίας. Οι άγιοι βλέπουν νοερώς την Αγία Τριάδα, αφού με τον ενυπόστατο φωτισμό γίνονται άξιοι της θείας ενεργειακής μετοχής και «αρπάζονται» από τη θεία χάρη σε κατάσταση θέασης θείων αποκαλύψεων και αρρήτων μυστηρίων του μέλλοντος, καθώς ο νους υψώνεται πάνω απ' όλη την αισθητή και νοητή κτίση²⁰⁹.

²⁰⁷ *Η ΦΩΝΗ ΤΩΝ ΠΑΤΕΡΩΝ*, τόμος Γ', Ι. Μ. Παρακλήτου, σελ. 12

²⁰⁸ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ. Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος» σελ. 285.

²⁰⁹ Νικοδήμου Αγιορείτου, *Εορτοδόμιον*, τ. Β' , σ. 283. Ματθ. 5,8. Νικοδήμου Αγιορείτου, *Νέα Κλίμαξ*, 110, 111. Citterio elia, *Nicodemo Agiorita*, σ. 961 – 965. Πέτρου Δαμασκηνού, «Περί των επτά σωματικών πράξεων», *Φιλοκαλία των Ιερών Νηπητικών*, τ. Γ' , εκδ. Αστήρ, Αθήνα 1991, σ.25. Αρχιμ. Αριστάρχου Γκρέκα, *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση* (Αθήνα: Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 2022) σ.259.

Τι γὰρ ωφελήσει ἄνθρωπον εἰάν κερδίσει τὸν κόσμον ὅλον καὶ ζημιωθεῖ τὴν ψυχὴν αὐτοῦ; Ἢ τί δώσει ἄνθρωπος ἀντάλλαγμα τῆς ψυχῆς αὐτοῦ;²¹⁰

²¹⁰ Μαρκ. 8, 36 – 37.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

ΜΠΟΡΕΙ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗ ΝΑ ΕΝΕΡΓΗΣΕΙ ΣΤΟΝ ΠΥΡΗΝΑ ΤΗΣ ΥΠΑΡΞΗΣ;

3.1. Η ψυχο-γνωσία. Η εφαρμοσμένη ψυχολογία από τους Πατέρες της Εκκλησίας

Η Πραγματική Ψυχολογία του βάρους

Ο Πλάτωνας τονίζει τη θεία ουσία της ψυχής, ο Αριστοτέλης τη θεωρεί ως την αρχική δύναμη της ζωής και πως αυτή μορφοποιεί το σώμα το οποίο είναι συνδεδεμένη μαζί του. Ο Αριστοτέλης θεωρεί ότι η καρδιά βρίσκεται στο κέντρο του σώματος και κατέχει τη συγκεκριμένη τιμητική θέση στο σώμα ως ρυθμιστής των λειτουργιών του²¹¹. Οι Πατέρες της Εκκλησίας, γνώστες της θύραθεν παιδείας και κατ' επέκταση της φιλοσοφίας, στην προσπάθειά τους να μεταλαμπαδεύσουν το φως της γνώσεως και της κατανόησης του βάρους των νοημάτων της Ορθόδοξης Χριστιανικής διδασκαλίας, όπως αυτοί εν Πνεύματι Αγίω το βίωσαν, μεταποίησαν τις έννοιες της φιλοσοφίας στο πνεύμα της διδασκαλίας του χριστιανισμού.

Ψυχολογικές έννοιες διατύπωσαν αρχικά από την Ανατολική Εκκλησία, ο άγιος Γρηγόριος ο Θεολόγος, ο Μέγας Βασίλειος και ο Γρηγόριος Νύσσης. Από τη Δυτική Εκκλησία ο ιερός Αυγουστίνος με επιρροές από τον Πλάτωνα και τον Πλωτίνο και ο Θωμάς ο Ακινάτης επηρεασμένος από τον Αριστοτέλη²¹².

Ο Γρηγόριος ο Νανζιανζίνος, τονίζει την αδιαίρετη σύνθεση ψυχής και σώματος. Επικεντρώνεται στη σημασία του προσώπου, του δασκάλου αλλά και στο μεγάλο ρόλο που διαδραματίζει η αυτογνωσία και η αυτοσυγκέντρωση για τη θεραπεία του σώματος και της ψυχής. Σχετικά με τις δυνάμεις του νου, την ελεύθερη βούληση, και πίστη, που διαθέτει η ψυχή, ο άνθρωπος οφείλει να οδηγεί το νου με τον έμφυτο πόθο για το καλό ν' αποφεύγει το κακό, την

²¹¹ Αριστοτέλης, *Περί ζώων μορίων*, 3.4, 665b 18-20. Μαρία Πρωτοπαπά – Μαρνέλη, «Τα πάθη της ψυχής κατά τους Στωικούς και τον Γαληνό», σελ. 91.

²¹² Νεκταρίου Θεοχαράκη, *Ψυχολογία του βάρους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ. 8. [<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up> (05/06/23)].

ελεύθερή του βούληση ν' απομακρύνει τα πάθη του και να παιδαγωγεί τη ψυχή του ώστε να την οδηγεί στη θεραπεία και τη σωτηρία.

Ο Μέγας Βασίλειος συνιστά τη μείωση των σωματικών φροντίδων καθώς τις θεωρεί εμπόδιο για την ολοκλήρωση του τελικού της ψυχής σκοπού, που δεν είναι άλλος από την τελειότητα. Το «γνώθι σ' αυτόν» και το «πρόσεχε σε εαυτόν». Σύμφωνα με το Μέγα Βασίλειο η προσοχή του ανθρώπου δεν πρέπει να είναι στραμμένη στα γύρω του πράγματα, αλλά οφείλει να προσανατολιστεί στα αιώνια αγαθά. Η ορθή κατανόηση της φύσης της ανθρώπινης ψυχής, αποτελεί τη σωστή βάση για την κατανόηση της φύσεως του Θεού²¹³. Αποτελεί καθήκον του η μόρφωση της ψυχής του.

Ο Γρηγόριος Νύσσης θεωρεί το άνθρωπο ως σύνδεσμο ανάμεσα στον κόσμο του αισθητού (ύλη) και τον κόσμο του αοράτου (πνεύμα) και τον τοποθετεί στην κορωνίδα του αισθητού κόσμου, καθώς έχει την ιδιότητα να σκέπτεται αλλά και να δημιουργεί. Ο άνθρωπος κατέχει τρεις δυνάμεις: τη θρεπτική και αισθητική, οι οποίες συνδέονται με το σώμα και τη νοητική η οποία ενεργεί αυτοβούλως χωρίς το σώμα. Οι πρώτες δύο αισθήσεις χρησιμεύουν στο να βλέπει και να απολαμβάνει τα αισθητά. Ο νους οφείλει να μετατρέπει τα πάθη σε αγάπη και κατόπιν σε απάθεια, το θυμό να τον μετατρέπει σε ανδρεία. Την ομιλία για να εκφράζεται, την ελεύθερη βούληση για να τείνει προς το καλό και την πίστη για να αναγνωρίζει τη θεική του προέλευση και κατ' επέκταση να αναγνωρίζει το Θεό²¹⁴.

Το βάθος της ψυχής αποτελεί για τους νηπτικούς πατέρες ένα από τα κυρίως σημεία της βιωματικής τους μελέτης. Προσπαθούν να κατανοήσουν τα πραγματικά αίτια, σε συνάρτηση με αυτά που συμβαίνουν στην επιφάνειά της. Παρ' όλο που πιστεύουν πως οι λογισμοί εμφανίζονται αυθόρμητα και ακούσια, θεωρούν πως η νοητή πάλη δε συμβαίνει εξ' ολοκλήρου στο συνειδητό. Ο Κασσιανός ο Ρωμαίος στα κείμενά του κάνει λόγο για το ασυνείδητο. Στα απωθημένα αναφέρεται ο Νείλος ο Ασκητής, ενώ ο Δίδυμος ο Αλεξανδρεύς στις συγκρούσεις. Ο Βασίλειος ο Μέγας συμβουλεύει: «Είσελθε εις το ταμείον σου

²¹³ Μεγάλου Βασιλείου, *Έργα, Έλληνες Πατέρες της Εκκλησίας*, Τόμος 6, (εκδόσεις "Γρηγόριος Παλαμάς", Θεσσαλονίκη, 1973), σελ. 17

²¹⁴ Νεκταρίου Θεοχαράκη, *Ψυχολογία του βάθους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ. 10 – 11. [[https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up,\(05/06/23\)](https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up,(05/06/23))].

της ψυχής, ανακίνησόν σου των πεπραγμένων τη μνήμη». Κατά τον Μάξιμο τον Ομολογητή: «Περί τον κρυπτόν της καρδιάς η πάσα σπουδή». Ο άγιος Ιωάννης ο Δαμασκηνός μιλά για τον « βυθό των νοημάτων»²¹⁵.

Ο Μάξιμος ο Ομολογητής²¹⁶ με επιρροές από τους νεοπλατωνικούς φιλοσόφους, τον Ωριγένη, τον Ευάγριο, το Γρηγόριο Νύσσης, το Γρηγόριο το Θεολόγο αλλά και το Διονύσιο τον Αρεοπαγίτη, υποστηρίζει πως ο άνθρωπος είναι προικισμένος από ποιότητες, τους «λόγους», οι οποίες δε μπορούν να διακριθούν εύκολα, γι' αυτό και η πνευματική του ανάπτυξη, δε μπορεί να γίνει παρά μόνο δια μέσου της υπέρτατης αρετής, της θεϊκής αγάπης²¹⁷.

«Η αίσθηση της ψυχικής, και μάλιστα της κρυμμένης ή σκοτεινής πληγής είναι ασφαλώς η πρώτη αρχή του διαλόγου του ασκητού²¹⁸ με το ασυνείδητο και ανεπίγνωστο βάθος της προσωπικότητας του. Από την εμπειρία αυτή ξεκινά ο ασκητής της ερήμου προκειμένου να προχωρήσει με μέθοδο αλλά και απεριόριστο ψυχικό μόχθο στο έργο της ψυχικής του καθάρσεως»²¹⁹. Οι Πατέρες της Ορθόδοξης Ανατολικής Εκκλησίας έγιναν ζωντανοί μάρτυρες της παρουσίας του Παρακλήτου στον κόσμο. Φορείς του Αγίου Πνεύματος , ακολούθησαν τα βήματα του Χριστού στη γη, τις εντολές Του κι έγιναν η ζωντανή μαρτυρία για τους Μακαρισμούς Του στην επί του Όρους ομιλία.

Ο Ιησούς Χριστός έλαβε σάρκα και βημάτισε στην ανθρώπινη ιστορία για να επαναφέρει την ειρήνη ανάμεσα στον άνθρωπο και τον ίδιο του τον εαυτό,

²¹⁵ Νεκτάριος Θεοχαράκης, *Ψυχολογία του βάθους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ.38, 39. [<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up>, (05/06/23)].

²¹⁶ Ο Όσιος Μάξιμος ο Ομολογητής, γεννήθηκε στην Κωνσταντινούπολη το 580 μ.Χ. Πραγματοποίησε λαμπρές θεολογικές, φιλολογικές και φιλοσοφικές σπουδές. Γίνεται μοναχός και αρχίζει ένα σκληρό και ανελέητο αγώνα κατά των αιρετικών. Μαστιγώνεται και τέλος του κόβουν τη γλώσσα και το δεξί του χέρι. Το ακρωτηριασμένο του σώμα άντεξε με θαυματουργικό τρόπο τρία χρόνια στην υπηρεσία της υγείας της ψυχής και ήταν η πιο εύγλωπτη μαρτυρία της πίστεως και της αφοσιώσεώς του στο Θεό. Μετά από ολιγοήμερη ασθένεια αφήνει τη μακάριά του ψυχή στον τόπο της εξορίας του (Λαζική του Πόντου, στο φρούριο Σχίμαρις) το 662 μ.Χ. Από τον τάφο του έβγαине φως κάθε νύχτα και φώτιζε την περιοχή, γεγονός που πιστοποιούσε την αγιότητά του. [<https://www.saint.gr/967/saint.aspx>, (12/6/23)].

²¹⁷ G. C. Tympas, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"* (Routledge Publishers Sussex and New York, 2014) σελ. 57,58,82.

²¹⁸ Με την έννοια του ότι εφαρμόζει την άσκηση, είτε είναι κοσμικός, είτε είναι μοναχός.

²¹⁹ Ιωάννη Κορναράκη, *Πατερικά βιώματα της ενδεκάτης ώρας*, εκδ. Κυριακίδη, Θεσσαλονίκη, 1977, σελ.11-12. Αναστασία Μπαγκαλά, *Ψυχοσωματική υγεία και νόσος στους Ασκητικούς Λόγους του αγίου Ισαάκ του Σύρου*, Διδακτορική Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2015, σελ. 92. [<http://ikee.lib.auth.gr/record/270030/files/GRI-2015-14720.pdf>, (06/06/23)].

ανάμεσα στον άνθρωπο και το συνάνθρωπο, ανάμεσα στον άνθρωπο και το Θεό. Με το να γιατρέψει τον πληγωμένο από τα πάθη άνθρωπο.

3.2. Η σημερινή εποχή

Σε μια αντιφατική εποχή, στην οποία οι διαμαρτυρίες για σεβασμό των ανθρωπίνων δικαιωμάτων συνυπάρχουν με τη βία, καλείται ο σύγχρονος, ο αυτάρκης, απομακρυσμένος από το Θεό άνθρωπος, να ισορροπήσει. Γιατί άραγε, σε αυτές τις ελάχιστες στιγμές ησυχίας – και σωματικής και ψυχικής- αφού δεν του λείπει τίποτα, να νιώθει αυτό το κενό; *Ποιο είναι τελικά το νόημα της ζωής;*

Οι ανεπτυγμένες κοινωνίες, έχουν φροντίσει να δημιουργήσουν ανάγκες στις οποίες ο καθένας νιώθει (επιφανειακή) πληρότητα εάν τις ικανοποιήσει. Οι δημιουργοί όμως των αναγκών αυτών, λησμονούν (ή έχουν άγνοια) το πως ο άνθρωπος δεν αποτελείται μόνο από ύλη, αλλά και από πνεύμα. Και πως η ικανοποίηση μονομερώς του σώματος, όχι μόνο δε θα ωφελήσει, αλλά θα βλάψει τη ψυχή, με αντίκτυπο στον όλο άνθρωπο. Τα συμπτώματα άλλοτε είναι σωματικά κι άλλοτε ψυχικά, αφού ο δεσμός σώματος και ψυχής είναι τόσο ισχυρός, ώστε ακόμη και μετά θάνατο, να εξακολουθεί να υφίσταται.

3.3. Η μοναξιά στο σύγχρονο κόσμο

Όπως σημειώνει η καθηγήτρια Ευαγγελία Γαλανάκη, στο βιβλίο της «Μοναξιά : Ψυχαναλυτικές Προσεγγίσεις»: « Μόλις τα τελευταία 40 χρόνια περίπου(50 αν το αναγάγουμε στην εποχή μας) ψυχίατροι και ψυχολόγοι άρχισαν να μελετούν τη μοναξιά στο δυτικό κόσμο. Το 1959 η ψυχίατρος Frieda Fromm – Reichmann παρατηρεί ότι η μοναξιά δεν αναφέρεται καν στα περισσότερα ψυχιατρικά εγχειρίδια. Θα προσθέταμε ότι δεν περιλαμβάνεται στους καταλόγους των βασικών ανθρωπίνων συναισθημάτων, όποια θεωρητική προσέγγιση κι αν υιοθετείται»²²⁰. Είναι γεγονός πως ενώ η μοναξιά ως πρόβλημα γινόταν

²²⁰ Αθανάσιος Μελισσάρης, στις υποσημειώσεις, «Μια χαμένη γενιά : Εμπειρική έρευνα σε φοιτητές – φοιτήτριες, Ποιμαντικοψυχολογική προσέγγιση», *Εκπαίδευση για το περιβάλλον και την αειφορία στις αρχές του 21^{ου} αιώνα, Προβλήματα και προβληματισμοί σε εποχές κρίσης*, Διάδραση, Αθήνα, 2013 σελ.446.

αντιληπτή, η έκθεση του νεανικού πληθυσμού σ' αυτήν, έχει ως αποτέλεσμα, να περνά πλέον απαρατήρητη²²¹!

Σε σχετική έρευνα για τη μοναξιά η οποία διενεργήθηκε σε 273 φοιτητές και φοιτήτριες των Πανεπιστημίων Αιγαίου και Παντείου Πανεπιστημίου Αθηνών, κατά το ακαδημαϊκό έτος 2012 – 13, το ποσοστό που απάντησε «ποτέ» στο ερώτημα «πόσο τακτικά υπάρχουν άνθρωποι που αισθάνεσαι κοντά σου;», ανήλθε στο 62,27 %²²² ! Η μοναξιά ίσως αποτελεί τον κυριότερο παράγοντα του υπαρξιακού κενού. Δημιουργήθηκε από την αποκοπή της κοινωνίας με τον Πλάστη. Αυτό είχε ως επακόλουθο και τη διακοπή της σχέσης με τους συνανθρώπους. Εντός της αγάπης προς το Θεό, βρίσκει το κάθε πρόσωπο την τελειότητά του. Η αγάπη του Θεού όμως, είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την αγάπη και την ευσπλαχνία προς τον πλησίον²²³. Άρα η αναθεώρηση και η μεταβολή στον τρόπο αντίληψης της ζωής, είναι επιβαλλόμενη και για ακόμη ένα λόγο: Μία από τις βασικότερες ανάγκες του ανθρώπου, πέραν από το να αγαπά και ν' αγαπιέται, είναι το να νιώθει ωφέλιμο και χρήσιμο μέλος της κοινωνίας. Από τη στιγμή που είναι και νιώθει μόνος, οι έννοιες της ίδιας της κοινωνίας, αλλά και το ίδιου, ως προς τον ορισμό της χρησιμότητας, αυτοαναιρούνται, με αντίκτυπο στην εσωτερική ισορροπία με όσα αυτό συνεπάγεται.

Διαπράττοντας ο Αδάμ την πρώτη αμαρτία, έγινε ο πρώτος νευρωτικός δηλαδή ψυχικά άρρωστος άνθρωπος. Η αμαρτία και η ασθένεια η οποία απορρέει απ' αυτήν κληροδοτήθηκε ως πανανθρώπινο και καθολικό σύμπλεγμα. Η γνώση που προκύπτει πιστεύοντας στο λογισμό του, αποτελεί ψευδώνυμη γνώση η οποία τον κάνει να πιστεύει αληθινό, μόνο ό,τι εκείνος σκέφτεται. Ο Ιησούς

²²¹ Αθανάσιος Μελισσάρης, «Μια χαμένη γενιά : Εμπειρική έρευνα σε φοιτητές – φοιτήτριες, Ποιμαντικοψυχολογική προσέγγιση», *Εκπαίδευση για το περιβάλλον και την αειφορία στις αρχές του 21^{ου} αιώνα, Προβλήματα και προβληματισμοί σε εποχές κρίσης*, Διάδραση, Αθήνα, 2013 σελ.446.

²²² Αθανάσιος Μελισσάρης, «Μια χαμένη γενιά : Εμπειρική έρευνα σε φοιτητές – φοιτήτριες, Ποιμαντικοψυχολογική προσέγγιση», *Εκπαίδευση για το περιβάλλον και την αειφορία στις αρχές του 21^{ου} αιώνα, Προβλήματα και προβληματισμοί σε εποχές κρίσης*, Διάδραση, Αθήνα, 2013 σελ. 454.

²²³ Vladimir Lossky, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη (Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007) Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος», σελ. 254.

Χριστός, επανορθώνει τον άνθρωπο καθώς κληρονομεί από τον πρώτο Αδάμ το θάνατο και τη φθορά και καταργεί τη βασιλεία του διαβόλου²²⁴.

3.4. Πώς κατανοείται η ψυχολογία

Σύμφωνα με το British Psychological Society(BPS), ως ψυχολογία ορίζεται η επιστημονική μελέτη του νου²²⁵ και του τρόπου με τον οποίο το ανθρώπινο μυαλό υπαγορεύει και επηρεάζει τη συμπεριφορά μας, από την επικοινωνία και τη μνήμη μέχρι τη σκέψη και το συναίσθημα. Πρόκειται για την (προσπάθεια για) κατανόηση του τι οδηγεί τους ανθρώπους να συμπεριφέρονται με ένα συγκεκριμένο τρόπο και πώς αυτή η κατανόηση μπορεί να βοηθήσει να αντιμετωπίσουμε πολλά από τα προβλήματα και τα ζητήματα στην κοινωνία σήμερα. Ως επιστήμη, η ψυχολογία είναι αφιερωμένη στη μελέτη της ανθρώπινης συμπεριφοράς – και των σκέψεων, των συναισθημάτων και των κινήτρων που κρύβονται πίσω από αυτήν – μέσω της παρατήρησης, της μέτρησης και των δοκιμών, προκειμένου να εξαχθούν συμπεράσματα που βασίζονται σε ορθή επιστημονική μεθοδολογία²²⁶.

Η ανθρώπινη συμπεριφορά είναι το «ακατέργαστο» στοιχείο μελέτης και ελέγχου διαφόρων θεωριών στην επιστήμη της ψυχολογίας. Γίνεται έλεγχος, συλλογή στοιχείων και εφαρμογή στατιστικών εργαλείων για την εξαγωγή- κατά πολλούς – μη αντικειμενικών αποτελεσμάτων και συμπερασμάτων.

3.5. Πώς κατανοείται η ψυχοθεραπεία

Η ψυχοθεραπεία είναι μια ψυχολογική παρέμβαση – ένας μηχανισμός που στοχεύει στην αντιμετώπιση της υγείας των ασθενειών. Κυρίως βοηθά στην

²²⁴ Αρχιμ. Ιωάννου Γρίντζου, *Σωτηριολογική προσέγγιση της νοσούσας ψυχής : Η ερμηνεία της Πατερικής Παράδοσης στον 20ό αιώνα, Σπουδή στο έργο του πατέρα Συμεών Κραγιοπούλου* (Μεταπτυχιακή Εργασία, Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη, 2015) σελ. 30,47,50.

²²⁵ Εδώ εννοείται ο εγκέφαλος, οι λειτουργίες του κι όχι ο νους σύμφωνα με τον ορισμό που δίνουν οι Πατέρες της Εκκλησίας μας για το νου, ως τον οφθαλμό της ψυχής.

Σύμφωνα με τον ορισμό του νου για το πώς εννοείται αυτός, σε σχετικό μάθημα σε τμήμα ψυχολογίας: Ο νους αφορά στην ιδιωτική εσωτερική μας εμπειρία, που αποτελείται από 1. Αντιλήψεις 2. Σκέψεις 3. Αναμνήσεις 4. Συναισθήματα.

[https://eclass.uth.gr/modules/document/file.php/PRE_U_110/%CE%A0%CE%B1%CF%81%CE%AC%CE%B4%CE%BF%CF%83%CE%B7%202.pdf ,(03/06/23)].

²²⁶ Mediterranean College, «Τι είναι η ψυχολογία;»

[<https://www.medcollege.edu.gr/sxoli-psyxologias/ti-einai-psixologia>, (03/06/23)].

επίλυση ορισμένων συναισθηματικών ζητημάτων ή στην τροποποίηση ορισμένων πτυχών που κάνουν ευάλωτους τους ασθενείς²²⁷.

3.6. Οι απαρχές και η εξέλιξη της ψυχολογίας

Οι Έλληνες φιλόσοφοι Πλάτωνας (428 – 347 π. Χ.) και Αριστοτέλης (384 – 322 π. Χ.) ασχολήθηκαν με σημαντικά ερωτήματα γύρω από τη λειτουργία του ανθρώπινου νου. Η άποψη του Πλάτωνα, η οποία καλείται σήμερα «νατιβισμός», ήταν πως τα είδη γνώσης είναι έμφυτα ή εγγενή²²⁸. Ο Αριστοτέλης υποστήριζε πως η γνώση κατακτιέται μέσω της εμπειρίας και σήμερα επικρατεί ως «φιλοσοφικός εμπειρισμός».

Ο διάλογος μεταξύ των υποστηρικτών διανοητών αυτών των σχολών, συνεχίζεται μέχρι σήμερα, με κύριό τους στόχο να προσδιοριστεί η σημασία της φύσης και του περιβάλλοντος στη διαμόρφωση των ιδεών, των συναισθημάτων και των πράξεων.

Σχολαστική φιλοσοφία: άνθισε στην περίοδο από τον 6^ο μέχρι τον 15^ο αιώνα μ.Χ. και αποτέλεσε μια προσπάθεια επαναπροσδιορισμού του ανθρώπου, της φύσης και του Θεού. Παραμερίζει το θεοκεντρισμό και επιχειρεί ένα – όσο αυτό μπορεί να καταστεί εφικτό - συνδυασμό της παράδοσης με την ελευθερία της σκέψης. Οι περισσότεροι εκπρόσωποι αυτής της τάσης είναι Έλληνες του Βυζαντίου²²⁹.

Μόλις το έτος 1929 αναγνωρίστηκε η έννοια «ψυχολογική ανάγκη», η δράση δε ως απότοκο αυτής, αποτελεί μια νέα μορφή κατανόησης της συμπεριφοράς.

Η διαφορά της φιλοσοφίας από τη ψυχολογία είναι το γεγονός πως ενώ η φιλοσοφία διατυπώνει απλά θεωρίες, η ψυχολογία τις διατυπώνει, αλλά και τις ελέγχει ερευνητικά.

Ο Γάλλος φιλόσοφος και μαθηματικός Descartes (1596 – 1650) υποστήριξε πως το σώμα είναι φτιαγμένο από ύλη, ενώ ο νους άυλος. Από εδώ προέκυψε

²²⁷ Mediterranean College, [<https://www.medcollege.edu.gr/schools/sxoli-psyxologias/ti-einai-psixologia>, (03/06/23)].

²²⁸ Εγγενές: Υπάρχει από τη γέννηση.

²²⁹ Νεκτάριος Θεοχαράκης, *Ψυχολογία του βάρους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ. 11. [<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up>, (05/06/23)].

το θέμα του δυϊσμού: «Πώς μπορούν δύο θεμελιωδώς διαφορετικά πράγματα, να συντονίζονται μεταξύ τους;», δηλαδή πώς μπορεί η σωματική λειτουργία να συνδιαλέγεται με τη νοητική δραστηριότητα;

Αργότερα, ο Βρετανός φιλόσοφος Hobbes (1588 – 1679) θεώρησε πως το σώμα και ο νους δε διαφέρουν καθόλου, αλλά ο νους είναι αυτό που διενεργεί ο εγκέφαλος. Αιώνες αργότερα, γιατροί ανακάλυψαν πως οι νοητικές λειτουργίες εξαρτώνται από τις σωματικές λειτουργίες του εγκεφάλου.

Ο Wundt (1832 – 1920) , ανέπτυξε το «δομισμό», τη σχολή της ψυχολογίας η οποία εστιάζει στην υποκειμενική εμπειρία του ανθρώπου όσον αφορά στο νου και τον κόσμο (συνειδητότητα), την ανάλυση των βασικών στοιχείων τα οποία αποτελούν το νου. Διενήργησε πειράματα στα οποία εφαρμόστηκε από τους ασθενείς η καταγράψουν την υποκειμενική τους εμπειρία (όπως να περιγράψουν την ένταση ενός ήχου). Η καταγραφή αυτή λέγεται «ενδοσκόπηση».

Το πρώτο μάθημα ψυχολογίας, παραδόθηκε στο Πανεπιστήμιο της Χαϊδελβέργης (1867) από τον Wundt και το πρώτο εργαστήριο ψυχολογίας εγκαινιάστηκε από τον ίδιο στο Πανεπιστήμιο της Λειψίας (1879).

Ο Αμερικανός επιστήμονας James (1842 – 1910) ανέπτυξε το «λειτουργισμό», ο οποίος αφορά στη μελέτη των στόχων που εξυπηρετούν οι νοητικές λειτουργίες. Επηρεασμένος από τη θεωρία του Δαρβίνου (1809 – 1882) για την εξέλιξη των ειδών, υποστήριξε πως η σημαντικότερη των ψυχολογικών διεργασιών, είναι αυτή η οποία βοηθά τους ανθρώπους να επιβιώσουν και να αναπαραχθούν. Συγχρόνως έθεσε ως αποστολή της ψυχολογίας το να ανακαλύψει πώς οι ψυχολογικές διεργασίες, υπηρετούν αυτό το στόχο. Σημαντικό σύγγραμμα του James αποτελεί το «The principles of Psychology» (1920) , το οποίο μελετάται ακόμη²³⁰.

Οι πιο πάνω θεωρίες του δομισμού και του λειτουργισμού απασχόλησαν τους πειραματικούς ψυχολόγους, ενώ παράλληλα οι κλινικοί ψυχολόγοι

²³⁰Mediterranean College, [[https://www.medcollege.edu.gr/schools/sxoli-psyxologias/ti-einai-psyxologia,\(03/06/23\)](https://www.medcollege.edu.gr/schools/sxoli-psyxologias/ti-einai-psyxologia,(03/06/23))].

ασχολούνταν με τη μελέτη και τη στήριξη ασθενών με ψυχιατρικές διαταραχές. Ο ρόλος τους στην εξέλιξη της ψυχολογίας υπήρξε καίριος.

Ο Sigmund Freud (1856-1939), υποστήριξε πως η υστερία οφείλεται σε οδυνηρά βιώματα της παιδικής ηλικίας, τα οποία οι ασθενείς δε μπορούν να ανακαλέσουν γιατί οι μνήμες αυτές βρίσκονται στο «ασυνείδητο»²³¹, το μέρος του νου που βρίσκεται εκτός της συνειδητής επίγνωσης κι όμως την επηρεάζει (σκέψεις, πράξεις και συναισθήματα).

Η μελέτη στη διαμόρφωση των ασυνειδητών διεργασιών στη διαμόρφωση των σκέψεων και των συναισθημάτων και της συμπεριφοράς, είναι προσφορά του Freud στη ψυχολογία και καλείται «ψυχαναλυτική θεωρία». Στη βάση αυτής, ο Freud ανέπτυξε τη θεωρία της «ψυχανάλυσης» η οποία εστιάζει στο να ανασύρει το ασυνείδητο υλικό στη συνειδητή επίγνωση, ώστε να κατανοηθούν και να βελτιωθούν οι ψυχικές διαταραχές²³².

Στις αρχές της δεκαετίας του 1900, οι ιδέες αυτές είχαν μεγάλη επίδραση στην Ευρώπη κυρίως. Επηρέασαν τη λογοτεχνία, την ιστορία, την πολιτική και την τέχνη, καθώς επέδρασαν και στην εξέλιξη της κλινικής ψυχολογίας. Πολλοί από τους υποστηρικτές της θεωρίας της ψυχανάλυσης, ήταν γιατροί, χωρίς ωστόσο να διενεργούν πειράματα ούτε να κατέχουν έδρα σε κάποιο πανεπιστήμιο. Παρ' όλ' αυτά, στην Αμερική ήταν αμφιλεγόμενες, λόγω της έμφασης στις πρώιμες σεξουαλικές εμπειρίες και τις ασυνειδητες σεξουαλικές επιθυμίες. Σύμφωνα με τη θεωρία του Freud, οι άνθρωποι κρατούνται όμηροι των παιδικών εμπειριών, καθώς και πρωτόγονων σεξουαλικών παρορμήσεων. Δίνεται έμφαση στα προβλήματα, παρά στην εξεύρεση τόπων επίλυσής τους. Επιπλέον δεν υπάρχει τρόπος ερευνητικού ελέγχου αξιοπιστίας της θεωρίας αυτής.

Στη μετέπειτα εξέλιξη, το κίνημα της «Ανθρωπιστικής ψυχολογίας», αποτέλεσε προσέγγιση θεώρησης της ψυχολογίας με βάση το αυτεξούσιο²³³ του ανθρώπου, με έμφυτη την ανάγκη να κατορθωθεί όλο το φάσμα του δυναμικού του: ν' αναπτυχθεί, να μεγαλώσει και να αξιοποιήσει ο άνθρωπος, πλήρως τις δυνατότητές του. Δίνεται δηλαδή έμφαση στη θετική δυναμική του.

²³² Mediterranean College, [<https://www.medcollege.edu.gr/schools/sxoli-psyxologias/ti-einai-psiologia> , (03/06/23)].

²³³ Αυτεξούσιο, εδώ: που εξουσιάζει τον εαυτό του, ο κύριος του εαυτού του.

Οι προαναφερθείσες θεραπείες, έχουν το κοινό χαρακτηριστικό, ότι εξετάζουν τις μαρτυρίες των φορέων του νου, τον οποίο προσπαθούν να κατανοήσουν τις εσωτερικές του διεργασίες.

Το γεγονός αυτό είχε ως αποτέλεσμα κάποιοι ψυχολόγοι να τις θεωρήσουν ανακριβείς και υποκειμενικές. Ο Wertheimer (1880- 1943) Γερμανός ψυχολόγος, μελέτησε τις ψυχολογικές πλάνες (δηλ. τα λάθη αντίληψης, μνήμης ή κρίσης), κατά τα οποία οι υποκειμενικές εμπειρίες διαφέρουν από την αντικειμενική πραγματικότητα.

Έτσι αναπτύχθηκε μια νέα προσέγγιση επιστημονικής έρευνας αντικειμενικών παρατηρήσεων. Ο «συμπεριφορισμός» (1930 – 1950).

Ο Γερμανός ψυχολόγος Lewin (1890 – 1947) υποστήριξε ότι η κατανόηση της υποκειμενικής ερμηνείας που αποδίδει το άτομο στο ερέθισμα αποτελεί τον καλύτερο τρόπο πρόβλεψης της συμπεριφοράς του. Αυτός ο τρόπος σκέψης οδήγησε στη δημιουργία μιας νέας προσέγγισης, που είναι²³⁴ γνωστή ως «Γνωστική ψυχολογία». Έργο της Γνωστικής Ψυχολογίας είναι η επιστημονική μελέτη των νοητικών διεργασιών, συμπεριλαμβανομένης της αντίληψης, της προσοχής, της μνήμης και της σκέψης.

Στη συνέχεια, αναπτύχθηκε μία περιοχή έρευνας η οποία ονομάστηκε «Ψυχολογία της Φυσιολογίας» και σήμερα έχει εξελιχθεί στη «Συμπεριφορική Νευροεπιστήμη»: μια προσέγγιση που ενώνει τις ψυχολογικές διεργασίες με τις δράσεις στο νευρικό σύστημα και άλλες σωματικές διεργασίες. Οι σχετικές έρευνες βασίζονται είτε σε γενετικές ατέλειες, ατυχήματα και ασθένειες που προκαλούν βλάβες σε συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου, είτε σε τεχνικές μη παρεμβατικής σάρωσης του εγκεφάλου.

«Γνωστική νευροεπιστήμη» : ερευνά την κατανόηση της σχέσης μεταξύ των γνωστικών διαδικασιών και της λειτουργίας του εγκεφάλου.

Κατά τη διάρκεια των δεκαετιών 1960 και 1970, πειράματα σε αρουραίους κατέδειξαν πως η ικανότητα μάθησης είναι συναρτημένη με τον τρόπο μάθησης του ίδιου, αλλά και των προγόνων του. Αυτές οι έρευνες αποτέλεσαν τον

²³⁴Mediterranean College, [<https://www.medcollege.edu.gr/schools/sxoli-psyxologias/ti-einai-psixologia> (ανάκτηση: 03/06/23)].

έναυσμα για την «Εξελικτική Ψυχολογία», αντικείμενο της οποίας αποτελεί η επίδραση της προσαρμογής των ικανοτήτων οι οποίες διατηρήθηκαν μέσα στο χρόνο από φυσική επιλογή, στο νου και τη συμπεριφορά. Ο νους εκλαμβάνεται πλέον ως αποτέλεσμα μια αλυσίδας, η οποία συνδέει τα προβλήματα τροφής, αναπαραγωγής των προγόνων μας, της οποίας την αφετηρία συναντάμε εκατομμύρια χρόνια πριν.

Ο κλάδος της ψυχολογίας ο οποίος ερευνά τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ των μελών ενός συνόλου ονομάζεται «Κοινωνική ψυχολογία». Η ανάπτυξή της ξεκίνησε τη δεκαετία του 1930²³⁵.

3.7. Ψυχολογία του Βάθους στη σύγχρονη εποχή

Η έννοια της αυτοσυνείδησης σήμερα, σύμφωνα με την πλειονότητα του επιστημονικού κόσμου (Cabanis²³⁶ 1757 – 1808, Γαλλία), νοείται ως μια υψηλή νοητική εγκεφαλική δραστηριότητα, η οποία σχετίζεται με τη νευροφυσιολογία του εγκεφάλου.

Ιστορικά, το πώς ορίζεται η έννοια του «πνευματικού», μεταφερόταν μεταξύ δύο αντίθετων πόλων: του ψυχοσωματικού και του μεταφυσικού. Τα τελευταία χρόνια, επικράτησε ο όρος «συνείδηση»²³⁷.

Η μεγαλύτερη αδυναμία στην επιστήμη της ψυχολογίας, έγκειται στο γεγονός πως παρ' όλο που η ψυχή είναι αόρατη δια γυμνού οφθαλμού, όπως έχει αναφερθεί και προηγουμένως, αποτελείται και από ουσία. Λόγω του ότι είναι αόρατη, η ανατομική προσέγγιση της ουσίας της καθίσταται αδύνατη²³⁸, κατ' επέκταση ομοίως και η ανατομία της καθώς και η θεραπεία της, μέσα στα κλειστά βιολογικά, εργαστηριακά πλαίσια. Οι νοητικές ενέργειές της όμως στον

²³⁵ Mediteranean College,

[<https://www.medcollege.edu.gr/schools/sxoli-psyxologias/ti-einai-psixologia> (ανάκτηση: 3/6/23)].

²³⁶ Ο Pierre Jean Georges Cabanis, ήταν Γάλλος φυσιολόγος (γιατρός), υλιστής φιλόσοφος και ελευθεροτέκτονας. Σύμφωνα με την άποψή του, η ψυχή δεν αποτελεί μια οντότητα, αλλά μια ικανότητα. Όπως το στομάχι και τα έντερα λαμβάνουν την τροφή και την χωνεύουν, έτσι και ο εγκέφαλος λαμβάνει εντυπώσεις, τις χωνεύει και έχει ως οργανική έκκριση τη σκέψη. [https://en.wikipedia.org/wiki/Pierre_Jean_Georges_Cabanis#CITEREFChisholm1911 (08/06/23)].

²³⁷ G. C. Tympas, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"* (Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014), σελ. 23.

²³⁸ π. Α. Αυγουστίδη, Κ. Ζορμπά, π. Β. Θερμού, Ν. Κοκοσαλάκη, Α. Μελισσάρη, Χρ. Τερέζη, *Η Ορθοδοξία ως Πολιτισμικό Επίτευγμα και τα Προβλήματα του Σύγχρονου Ανθρώπου*, Τόμος Β, *Η Ορθοδοξία απέναντι στα θέματα της εποχής μας* (Πάτρα: Εκδόσεις ΕΑΠ, 2002) σελ. 146.

εγκέφαλο είναι διακριτές. Μέσα από επιστημονικές έρευνες και πειράματα τα οποία έχουν αποδειχθεί, αρκετές θεραπείες είναι αποτελεσματικές βάσει στατιστικών ερευνών, αλλά αυτή η ανθρώπινη επέμβαση η οποία διενεργείται, δε δύναται να φτάσει μέχρι τον πυρήνα της, τα «κρύφια της καρδιάς».

(Υπάρχουν και οι περιπτώσεις νευρολογικών ή/και άλλων καταστάσεων, στις οποίες υπάρχει παθολογικό πρόβλημα στο οποίο η ιατρική επιστήμη επιβάλλεται να παρέμβει είτε με φαρμακευτική αγωγή είτε με επέμβαση).

Οι απαρχές της ευρέως πλέον καλούμενης ψυχολογίας του βάρθους, τοποθετούνται στη δημιουργία της ψυχανάλυσης από τον Sigmund Freud. Παρ' όλο το γεγονός ότι ο Freud από επιστημονικής άποψης θεωρείται ως ο «πατέρας» της ψυχανάλυσης, και εν γένει της ψυχολογίας του βάρθους, στα έργα του Ομήρου μπορεί να συναντήσει κανείς τα πρώτα σπέρματα ψυχολογίας αυτού του είδους²³⁹.

Στην ίδια κατηγορία ανήκουν η Αναλυτική Ψυχολογία η οποία προέκυψε από τις ιδέες²⁴⁰ του Ελβετού ψυχιάτρου Carl Gustav Jung (1875 – 1961) και η Ατομική Ψυχολογία η οποία βασίζεται στη θεωρία του Αυστριακού ψυχιάτρου Alfred Adler (1870 – 1937).

3.8. Σχετικά με τον Jung

Η αναλυτική θεραπεία του Jung βασίστηκε στις «μυθικές»²⁴¹ του απόψεις, περί της ύπαρξης ενός συλλογικού ασυνειδήτου νου, ο οποίος διαμορφώθηκε από τις μνήμες και τα πρότυπα συμπεριφοράς στη σύνολη ιστορία της ανθρωπότητας. Απ' αυτό το συλλογικό ασυνείδητο, πηγάζουν έννοιες όπως τα αρχέτυπα και ο μυστικισμός. Τα αρχέτυπα είναι σαν κοίτες ποταμών, που

²³⁹ Νεκτάριος Θεοχαράκης, *Ψυχολογία του βάρθους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001, σελ.38 [[https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up,\(05/06/23\)](https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up,(05/06/23))].

²⁴⁰Els Nannen , «Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΟ ΦΩΣ ΤΗΣ ΑΓΙΑΣ ΓΡΑΦΗΣ, Ο Καθηγητής Δρ. Κάρολος Γκούσταβ Γιούνγκ (Karl Gustav Jung) 1875-1961, Η Άγνωστη Πλευρά». « Η Ψυχολογία αυτή δεν είναι προσανατολισμένη μονάχα στη Μυθολογία, στις πρωτόγονες και Ασιατικές Θρησκείες, αλλ' επίσης και στην Αλχημεία και στον υπόλοιπο Αποκρυφισμό». σελ.3. [[https://www.imdleio.gr/diaf/books/Jung-spirits.pdf,\(18/06/23\)](https://www.imdleio.gr/diaf/books/Jung-spirits.pdf,(18/06/23))].

²⁴¹ Jung (1952a: para. 727) : Συνέδεσε την Παναγία με την Ίσις , (1944: para. 22): «Ο Χριστός απλά αντιπροσωπεύει το καλό», Ανέμειξε μυθολογικές δοξασίες και παραποίησε χριστιανικά στοιχεία, όπως για την Παρθένο Μαρία, τον Ιησού Χριστό, επηρεαζόμενος από μυθολογικές και αλχημιστικές δοξασίες. G. C. Tympras, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"* (Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014) σελ.136, 131.

στεγνώνουν όταν ερημώνουν από τα νερά, αλλά στις οποίες η ροή μπορεί να ξαναδημιουργηθεί ανά πάσα στιγμή. Ένα αρχέτυπο είναι σαν ένα παλιό ρέμα κατά μήκος του οποίου το νερό της ζωής κυλούσε για αιώνες, σκάβοντας ένα βαθύ κανάλι. Όσο περισσότερο ρέει σε αυτό το κανάλι τόσο πιο πιθανό είναι αργά ή γρήγορα το νερό να επιστρέψει στην παλιά του κοίτη²⁴². Η θεώρηση της ανθρώπινης ψυχής για τον Jung διαφέρει από αυτήν της θεολογίας. Ερμηνεύει την ψυχή ως προσωπικότητα ή ως σύνολο λειτουργικών διεργασιών²⁴³. Συνειδητών κι ασυνειδητών. Ως στόχο κι ολοκλήρωση του ανθρώπου, θεωρεί την επίτευξη της ενσωμάτωσης των συνειδητών κι ασυνειδητών στοιχείων²⁴⁴. Όλη η θεωρία του, βασίστηκε σε δικά του βιώματα, μύθους, αλχημιστικές καθώς και πνευματιστικές μεθόδους, οι οποίες αποτελούσαν ενασχόλησή του κατά τη διάρκεια της ζωής του²⁴⁵.

Για το Μάξιμο τον Ομολογητή, η ψυχή είναι το αόρατο μέρος του ανθρώπου, η «ζωντανή ύπαρξη», άρρηκτα συνυφασμένη με το σώμα καθώς «ολόκληρη η ψυχή διαποτίζει ολόκληρο το σώμα και του δίνει ζωή και κίνηση». Και η ψυχή και το σώμα φέρουν την «εικόνα» και την «ομοίωσιν»²⁴⁶. Η ψυχή δε μπορεί να υπάρξει χωρίς να έχει σχέση με ένα άτομο και φυσικά με ένα σώμα γιατί «μόνο καθώς (σώμα και ψυχή) ενώνονται για να σχηματίσουν ένα συγκεκριμένο άτομο υπάρχουν»²⁴⁷, με σκοπό και στόχο να ολοκληρωθεί με τη θέωση, δηλαδή το καθ' ομοίωση. Σύμφωνα με τον Μάξιμο, ο άνθρωπος καλείται να ακολουθήσει το έργο του Λόγου και προχωρώντας ν' αποκτήσει την πνευματική γνώση μέσω των «λόγων»²⁴⁸των όντων δηλαδή: τις θεμελιώδεις αρχές, την ανάπτυξη και την

²⁴² Jung 1936: para. 184. G. C. Tympas, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"* (Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014) σελ. 90.

²⁴³ (1921/1971:para. 797). G. C. Tympas, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"* (Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014) σελ.69, 60.

²⁴⁴ G. C. Tympas, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"* (Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014) σελ. 60.

²⁴⁵ Els Nannen , «Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΟ ΦΩΣ ΤΗΣ ΑΓΙΑΣ ΓΡΑΦΗΣ, Ο Καθηγητής Δρ. Κάρολος Γκούσταβ Γιούνγκ (Karl Gustav Jung) 1875-1961, Η Αγνώστη Πλευρά».

²⁴⁶ Γεν. 1,21.

²⁴⁷ (Amb.7:1101C). G. C. Tympas, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"*(Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014) σελ. 60.

²⁴⁸ Λέει ο Μάξιμος: «Αφού αποκτήσει λοιπόν η ψυχή την ενότητά της κι αφού συναχθή στον εαυτό της και στο Θεό, δε θα έχει θέση πια ο λόγος που τη χωρίζει σε πολλά μέρη με τους συλλογισμούς του, αφού έχει σαν στέμμα στην κεφαλή τον πρώτο και μοναδικό κι ένα Λόγο και Θεό. Εκείνον που μέσα του, αφού είναι ο δημιουργός και ποιητής τους, ζούνε και υπάρχουν

τελειότητα των όντων. Με τον τρόπο αυτό, ο άνθρωπος είναι προικισμένος να γεφυρώνει την οντολογία με τη φαινομενολογία αναπτύσσοντας μια πνευματική γνώση ως εμπειρία²⁴⁹.

3.9. Η θεωρία του Freud και η έννοια του ασυνειδήτου

Η θεωρία της ψυχανάλυσης ξεκίνησε από έρευνες του Freud σχετικά με την υστερία χωρίς ωστόσο να κατορθώσει να εντοπίσει την ύπαρξη οργανικών αιτίων. Παρατήρησε πως τα συμπτώματα έπαυαν με την ύπνωση, δηλαδή βελτιωνόταν η ψυχική κατάσταση του ασθενούς. Έτσι κατέληξε στο ότι, πρώτον, η υστερία είναι ψυχογενής νόσος κι όχι οργανική και δεύτερον, υπάρχει μια ασύλληπτη εκ πρώτης όψεως ψυχική περιοχή, η οποία ωστόσο καθορίζει τη συμπεριφορά. Το ασυνείδητο²⁵⁰.

Στην εξέλιξη της έρευνάς του υποστήριξε πως η υστερία είναι η μη ικανοποίηση της ηδονικής τάσης. Κι όταν αυτές του οι απόψεις είχαν απήχηση, προχώρησε σε μια αναγωγή της θεραπευτικής του μεθόδου σε κάθε είδους νεύρωση. Ότι δηλαδή η συμπεριφορά του ανθρώπου καθορίζεται από την τάση προς ηδονή, η οποία, όταν ικανοποιείται, εξασφαλίζει την ψυχική αρμονία²⁵¹.

Επιπλέον εισήγαγε την συνομιλία, το άνοιγμα δηλαδή του θεραπευομένου στο θεραπευτή, στοχεύοντας έτσι στη μεταφορά των απωθημένων, από το ασυνείδητο στο συνειδητό. Ο ίδιος γράφει : « η ψυχανάλυση αποσκοπεί στην ανακάλυψη του ασυνειδήτου στη ψυχική ζωή, και δεν πραγματοποιεί παρά μονάχα αυτό»²⁵². Στο βιβλίο του «Εισαγωγή στη ψυχανάλυση», γράφει: «Το καθήκον της ψυχαναλυτικής θεραπείας μπορεί να συγκεντρωθεί σ' αυτήν τη

κατά μια αφάνταστη απλότητα, όλοι οι λόγοι των όντων σε ενότητα. Εκείνη(η ψυχή) ατενίζοντάς αυτόν, που δεν είναι ωστόσο έξω απ' αυτήν αλλά είναι ολόκληρος μέσα της, μ' ένα απλό μονάχα αντίκρισμα θα μάθει κι αυτή τους λόγους και τις αιτίες των όντων. Προτού νυμφευθεί το Λόγο και Θεό ακολουθούσε για την κατανόησή τους το δρόμο της διαιρετικής μεθόδου κι οδηγήθηκε με τη βοήθειά της κατά τρόπο σωτήριο και χωρίς αντιφάσεις σ' Εκείνον, που κάθε λόγο και αιτία περιέχει και δημιουργεί» : Αγίου Μάξιμου Ομολογητού, *ΜΥΣΤΑΓΩΓΙΑ*, (Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, Αθήνα, Έκδ. Γ', 1997), σελ 156 – 157.

²⁴⁹ G. C. Tympas, *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the "psychological" and the "spiritual"* (Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014) σελ. 76.

²⁵⁰ Ιωάννη Κορναράκη, *Χριστιανισμός και Φροϋδισμός*, [https://www.pemptousia.gr/2011/12/christianismos-ke-froidismos-a/, (04/06/23)].

²⁵¹ Ιωάννη Κορναράκη, *Χριστιανισμός και Φροϋδισμός*, [https://www.pemptousia.gr/2011/12/christianismos-ke-froidismos-a/, (04/06/23)].

²⁵² Σίγκμουντ Φρόυντ, *Εισαγωγή στη Ψυχανάλυση*, Μετάφραση Α. Πάγκαλος (Αθήνα: Γκοβόστης Εκδοτική, 2005) σελ. 465.

συνταγή: καθετί νοσογόνο στο ασυνείδητο, πρέπει να μεταφερθεί στο συνειδητό»²⁵³.

Τα πατερικά κείμενα, τα οποία έχουν γραφτεί πολύ πριν τη θεωρία της ψυχανάλυσης όπως για παράδειγμα η σημασία του «γνώθι σ' αυτόν» του οποίου φυσική εξέλιξη αποτελεί το «πρόσεχε σ'εαυτόν», συνειδητά καταλήγουν στην εξαγόρευση των αμαρτιών, στον πνευματικό πατέρα, αντί του θεραπευτή.

Ο Άγιος Κασσιανός ο Ρωμαίος στη Φιλοκαλία διδάσκει πως «τα πάθη τα οποία δεν έχουν εντοπισθεί και εξαλειφθεί στις διαπροσωπικές σχέσεις, μοιάζουν με δεμένα με αλυσίδες ήρεμα άλογα αφού κανείς δεν τα προκαλεί. Λόγω της ησυχίας όμως, περισσότερο δυναμώνουν με αποτέλεσμα αν συναντήσει ο ασκητής κάποιο ερέθισμα, μια εξωτερική αφορμή, τότε αυτά θα σπάσουν τα δεσμά και θα επιτεθούν δριμύτερα εναντίον του ανθρώπου, ο οποίος μέσα του τα φιλοξενεί και τα προστατεύει». Αυτό το σχήμα δείχνει όλη την διαδικασία της απωθήσεως στο υποσυνείδητο. Ο Freud ταυτίζεται κάπως με την άποψη αυτή, με δικά του λόγια φυσικά και με βάση τη δική του αντίληψη. Τη λύση θα δώσει η συνειδητοποίηση, η γνώση και η αντιμετώπιση των γεγονότων υπό το φως της λογικής²⁵⁴. Ο αββάς Κασσιανός, σ' ένα άλλο σημείο, αναφέρεται σε μια κατάσταση μελαγχολίας και αθυμίας που τον είχε καταλάβει και για να νιώσει καλύτερα, επισκέφθηκε κάποιον άλλο πατέρα. Μετά από την έλευση κάποιου χρονικού διαστήματος της επίσκεψης, θεώρησε πως είχε νιώσει καλύτερα. Όταν αργότερα συζήτησε το γεγονός αυτό μ' έναν προχωρημένο στα πνευματικά γέροντα, τον αββά Μωϋσή, αυτός τον συμβούλευσε: «Μη νομίζεις πως αντιμετώπισες τη δυσκολία σου έτσι. Προσπάθησες να ξεφύγεις από το πρόβλημά σου. Εάν το αντιμετώπιζες με το εργόχειρο και την προσευχή θα είχες αντιμετωπίσει καλύτερα την κατάσταση, ενώ τώρα το απώθησες και θα σε πολεμήσει χειρότερα».

Ο Ευάγγριος ο Ποντικός, συμβουλεύει τον μαθητευόμενο μοναχό, εάν συναντήσει μια πνευματική δυσκολία, να καθίσει στο κελί του και να βρει τις αιτίες στο πρόβλημα, να το αναλύσει δηλαδή, κι έτσι θα το διαλύσει: «καθεσθείς

²⁵³ Σίγκμουτ Φρόυντ, *Εισαγωγή στη Ψυχανάλυση*, Μετάφραση Α. Πάγκαλος (Αθήνα: Γκοβόστης Εκδοτική, 2005) σελ. 338.

²⁵⁴ Ιωάννη Κορναράκη, *Χριστιανισμός και Φροϋδισμός*, ιστότοπος: [<https://www.pemptousia.gr/2011/12/christianismos-ke-froidismos-v/>, (04/06/23)].

εν τω κελλίω σου δίελε τα κατά σεαυτόν, τότε φεύζεται από σου το δαιμόνιον και αναλυθήσεται». Συνιστά αυτογνωσία και αντιμετώπιση του ασυνειδήτου. Σα να κάνει δηλαδή ο ίδιος «ψυχανάλυση», όχι όμως ακριβώς με την έννοια του Freud, στον εαυτό του²⁵⁵.

Επιχειρώντας μία αντιπαράβολή μεταξύ πνευματικού πατέρα και του πνεύματος του Freud σύμφωνα με δικά του λόγια: « Φτωχοί καθώς είμαστε και χωρίς κοινωνική επιρροή, κερδίζοντας τη ζωή μας με την ιατρική, δεν είμαστε καν σε θέση να επεκτείνουμε τις προσπάθειές μας σε άπορους ανθρώπους, όπως μπορούν να κάνουν άλλοι γιατροί με άλλες μεθόδους. Η θεραπεία είναι ιδιαίτερα κοπιώδης και χρειάζεται πάρα πολύ χρόνο για να την ασκήσουμε δωρεάν»²⁵⁶ και «το μόνο που θέλουμε είναι να βρει ο άρρωστος μόνος του τις δικές του λύσεις για τα προβλήματά του»²⁵⁷. Αξιοσημείωτο επίσης γεγονός, αποτελεί το ότι στο βιβλίο του «Η Δυσφορία μέσα στον Πολιτισμό» (1929) ο ίδιος αναρωτιέται, ποιος είναι και αν υπάρχει ο σκοπός της ζωής. Αργότερα ο ίδιος διαπιστώνει, πως το ερώτημα, μ' αυτή τη μορφή, δε μπορεί ν' απαντηθεί²⁵⁸.

3.10. Η Γνωστική συμπεριφορική θεραπεία

Την ταχύτερα αναπτυσσόμενη μέθοδο ψυχοθεραπείας αποτελεί η γνωστική – συμπεριφορική θεραπεία, η οποία αναπτύχθηκε από τον Aaron Beck (1921 – 2021). Χρησιμοποιείται ως μέθοδος βελτίωσης σε καταστάσεις όπως κατάθλιψη, φοβίες, άγχος. Ανέπτυξε μια νέα θεωρία για την κατάθλιψη, όταν επικεντρώθηκε στις υποκείμενες αρνητικές πεποιθήσεις που σχετίζονται με την απώλεια και την αποτυχία, παρά στην ψυχαναλυτική θεωρία. Ότι η κατάθλιψη είναι αποτέλεσμα εχθρότητας προς τον εαυτό και ότι οι καταθλιπτικοί ασθενείς έχουν μια έμφυτη τάση ότι πρέπει να υποφέρουν. Οι ασθενείς του Beck εξέφρασαν αυθόρμητες, αρνητικές σκέψεις, τις οποίες ονόμασε «αυτόματες σκέψεις». Υιοθετώντας έναν συνεργατικό ρόλο με τους ασθενείς του, τούς

²⁵⁵ Ιωάννη Κορναράκη, *Χριστιανισμός και Φροϋδισμός*, ιστότοπος: [https://www.pemptousia.gr/2011/12/christianismos-ke-froidismos-v/, (04/06/23)].

²⁵⁶ Σίγκμουντ Φρόυντ, *Εισαγωγή στη Ψυχανάλυση*, Μετάφραση Α. Πάγκαλος (Αθήνα: Γκοβόστης Εκδοτική, 2005) σελ. 517.

²⁵⁷ Σίγκμουντ Φρόυντ, *Εισαγωγή στη Ψυχανάλυση*, Μετάφραση Α. Πάγκαλος (Αθήνα: Γκοβόστης Εκδοτική, 2005) σελ. 519.

²⁵⁸ Λίποβατς Θάνος, «Ψυχανάλυση και Νεοτερικότητα» . [https://student.cc.uoc.gr/uploadFiles/181-%CE%A1%CE%91%CE%A4%CE%9A387/lipovatz_neoterikothta.pdf_(17/05/23)].

βοήθησε να αξιολογήσουν την εγκυρότητα και τη χρησιμότητα των αυτόματων σκέψεων και των γνωστικών τους παραμορφώσεων. Διαπίστωσε ότι οι σκέψεις των ασθενών του για μια κατάσταση επηρέασαν τις αντιδράσεις τους - περισσότερο από την ίδια την κατάσταση, μια κατασκευή που ονόμασε «γνωστικό μοντέλο». Βοήθησε τους ασθενείς του να αλλάξουν τον τρόπο με τον οποίο σκέφτονταν τις καταστάσεις και να εμπλακούν σε πιο προσαρμοστικές συμπεριφορές, κάτι που τους βοήθησε να αισθάνονται καλύτερα. Εργάστηκε επίσης μαζί τους για να αντιμετωπίσει τις υποκείμενες δυσπροσαρμοστικές πεποιθήσεις για τον εαυτό τους, τους άλλους, τον κόσμο και το μέλλον. Ονόμασε τη νέα του θεραπεία «Γνωσιακή Θεραπεία», η οποία αργότερα ονομάστηκε Γνωσιακή(ή γνωστική) Συμπεριφορική Θεραπεία ή CBT²⁵⁹.

Σύμφωνα με την θεωρία του Beck, δεν είναι τα γεγονότα αυτά καθαυτά που επηρεάζουν (σε επίπεδο συναισθήματος, συμπεριφοράς και σωματικών αισθήσεων) αλλά το πώς ο άνθρωπος αξιολογεί ή τι / πώς σκέφτεται γι' αυτά τα γεγονότα. Στη θεραπεία αυτή, σε αντιπαράβολή με τη θεολογία, υιοθετείται, όπως και στις περισσότερες σχολές, η αυτονομία της λογικής. Γνώρισμα της πεπτωκυίας ανθρώπινης θέλησης, η οποία σύμφωνα με τους Πατέρες, μπορεί να θεραπευτεί με την ταπείνωση, την άσκηση των εντολών και τη συμμετοχή στα μυστήρια της Εκκλησίας. Ο Beck δήλωσε χαρακτηριστικά πως : « Η ταπεινοφροσύνη δεν είναι μια έννοια που σκέφτομαι»²⁶⁰. Ο Χριστός όμως καλεί: «Μάθετε απ' εμού, ότι πράος ειμί και ταπεινός τη καρδιά και ευρήσετε ανάπαυσιν ταις ψυχές υμών»²⁶¹. Ν' ακολουθήσει δηλαδή ο άνθρωπος το παράδειγμά Του, να γίνει πράος με ταπεινή καρδιά, κι έτσι θα βρει η ψυχή του ηρεμία κι ανάπαυση. Θεμελιώδη διαφορά μεταξύ θεολογίας και ψυχολογίας, αποτελεί η επιστημονική ανθρώπινη αυτονομία και αυτάρκεια, η οποία πολλές φορές απομακρύνει την προοπτική συνεργασίας τους σε κοινές βάσεις.

Πολύ πιο πριν, ο αββάς Δωρόθεος, ασπασζόμενος τη στωική διδασκαλία, λέει: «Έκαστος γαρ εκ της ίδιας καταστάσεως ωφελείται ή βλάπτεται επει ουδείς βλάπτει τινά». Δηλαδή αυτό που βλέπει κάποιος, εξαρτάται από τον τρόπο που

²⁵⁹ Aaron Beck Institute, [<https://beckinstitute.org/about/dr-aaron-t-beck/>],(17/06/23)].

²⁶⁰ S. Block, «Interview with Aaron T. Beck», (Φιλαδέλφεια Πενσυλβάνιας, 4 Μαΐου 2004) Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.87.

²⁶¹ Ματθ. (11, 29).

το ερμηνεύει. Ο άγιος Αμβρόσιος Μεδιολάνων υποστηρίζει πως η αντίληψη των γεγονότων από κάποιον, καθορίζεται από το πλήθος των εναλλακτικών τις οποίες ο ίδιος διακρίνει για ν' ακολουθήσει. Ο σύγχρονος άγιος Παΐσιος, σχολιάζει πως «ο καθένας ερμηνεύει το γεγονός σύμφωνα με τις σκέψεις του». Τα πάντα μπορούν να εξεταστούν και από την καλή ή την κακή τους πλευρά. «Τα συμπεράσματα ενός προσώπου, εξαρτώνται από το περιεχόμενο της ψυχής του»²⁶².

Αν και το γνωστικό μοντέλο βασίζεται στην ιδέα των στωικών πως η αντίδραση σε κάποιο γεγονός είναι συνυφασμένη με την ερμηνεία του, οι Πατέρες έρχονται να προσθέσουν στο αρχικό στωικό φιλοσοφικό πρότυπο, ένα καταλυτικό στοιχείο : Το ότι είναι σημαντικότερο να τηρούμε αβίαστα τις εντολές του Χριστού «ν' αγαπάμε αλλήλους» και «να μην κρίνουμε», από το να προσπαθούμε απλά ν' αντιληφθούμε μια κατάσταση με ακρίβεια²⁶³.

Αυτό που οι Πατέρες καλούν λογισμούς, στη γνωστική θεραπεία το συναντάμε με τον όρο «αυτόματες σκέψεις». Στόχος της γνωστικής θεραπείας, είναι ο ασθενής, με την έλευση κάθε «αυτόματης σκέψης», να προσπαθήσει να εντοπίσει τα συναισθήματα που του προκαλεί. Ο ασθενής μαθαίνει πως οι πεποιθήσεις του σχετικά με τον εαυτό του, το περιβάλλον και το μέλλον του, διαμορφώνονται συνήθως κατά την παιδική ηλικία και πως άλλοτε αληθεύουν αυτές οι πεποιθήσεις κι άλλοτε όχι. Έτσι, συνειδητοποιεί πως το σύστημα των πεποιθήσεών του λειτουργεί ως φίλτρο, για το ποια πληροφορία θα δεχθεί και ποια όχι. Έτσι κατανοεί το λόγο ο οποίος τον οδηγεί να πιστεύει σε ιδέες που υποστηρίζονται από αντικειμενικά ανακριβή σχήματα²⁶⁴. Σε αντιδιαστολή με τους Πατέρες, οι οποίοι συμβουλεύουν για την ερμηνεία που θα δώσουμε σε γεγονότα και καταστάσεις, να την περνάμε από τα «φίλτρα» των εντολών του Χριστού.

Η «αυτόματη σκέψη», περιλαμβάνει απλές ανθρώπινες σκέψεις οι οποίες ενδεχομένως να είναι και σύνθετες, δηλαδή υπό την επιρροή των παθών. Οι

²⁶² Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.101.

²⁶³ Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.100 - 101.

²⁶⁴ A.T. Beck, *Cognitive therapy and the emotional disorders*, σελ. 243. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 224.

λογισμοί όμως, ορίζονται ως μια πιο πολύπλοκη έννοια, και «ο νους ποτέ δεν παύει να γεννά»²⁶⁵. Πολύ πριν από τους ψυχολόγους, οι Πατέρες αναγνωρίζουν πως οι λογισμοί εξαρτώνται από δύο παράγοντες οι οποίοι δε μπορούν να διαχωριστούν πλήρως, τους βιολογικούς αλλά και τους πνευματικούς, καθώς ο άνθρωπος αποτελεί ψυχοσωματική ενότητα. Σύμφωνα με τον άγιο Ισαάκ το Σύρο αλλά και τον άγιο Νικόδημο τον Αγιορείτη, εξετάζοντας την οργανική προέλευση των λογισμών, παρατηρούν πως η φυσιολογία επηρεάζει τις σκέψεις. Δηλαδή ως «εμπαθής η ανθρώπινη φύση, παράγει σκέψεις σχετικά με τον πόνο ή την ευχαρίστηση»²⁶⁶. Ο άγιος Μάξιμος συμπληρώνει πως κι άλλοι παράγοντες συντείνουν στη δημιουργία λογισμών, κι αυτοί είναι: η δημιουργία εντυπώσεων, οι αισθήσεις και οι αναμνήσεις. Η αντικειμενικότητα όμως των πιο πάνω παραγόντων, μεταβάλλεται από την ύπαρξη παθών που ενδεχομένως να υποβόσκουν²⁶⁷.

Με ψυχολογικούς όρους τα πάθη, αποτελούν αποπροσανατολιστικούς, άκαμπτους και ιδιότυπους γνωστικούς χάρτες που χαράσσουν μια συμπεριφορά, η οποία ενισχύεται με την πάροδο του χρόνου και δύσκολα μεταβάλλεται²⁶⁸.

Σε μία γενικότερη αντιπαραβολή της φιλοσοφίας η οποία διέπει τους γνωστικούς θεραπευτές σε σχέση με τους Πατέρες, σημειώνονται τα εξής: Υπάρχουν αρκετά κοινά χαρακτηριστικά, αλλά οι διαφορές είναι θεμελιώδεις. Για τους Πατέρες στόχο αποτελεί η αρετή κι όχι η στεγνή ολοκλήρωση μιας θεραπευτικής βελτίωσης της συμπεριφοράς. Αυτό που απασχολεί τους θεραπευτές είναι η ακρίβεια των στοιχείων τα οποία έχουν συλλέξει, ενώ οι Πατέρες είναι έτοιμοι ακόμη και να θυσιάσουν τη ζωή τους στην αλήθεια για την οποία είναι αδιάσειστα βέβαιοι ότι πρεσβεύουν. Από την άλλη, οι τεχνικές οι οποίες οφείλονται στην εμπειρική παρατήρηση και ανάπτυξη, δεν εγγυούνται

²⁶⁵ Νείλου Ασκητού, *Κεφάλαια*, 70. PG 79, 1255A: «Ού παύεται η διάνοια τίκτουσα.» Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 118.

²⁶⁶ Ισαάκ Σύρου, *Τα ασκητικά*, 83, σ. 319. Νικοδήμου Αγιορείτου, *Εξομολογητάριον*, 1, σ. 39 – 41. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 120.

²⁶⁷ Μαξίμου Ομολογητού, *Περί αγάπης*, 2, 74. PG 90, 1003B. Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 120.

²⁶⁸ Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ. 125.

απόλυτα την ευόδωσή τους σε κάθε άνθρωπο. Οι Πατέρες δίνουν έμφαση στην καλλιέργεια των αρετών, ενώ οι γνωστικοί θεραπευτές περισσότερο στην απομάκρυνση των αρνητικών στοιχείων. Για τους Πατέρες, η εργασία εντός του ανθρώπου, οφείλει να είναι εργασία υπομονής, πίστης και αγάπης. Χωρίς όμως την επίκληση και τη βοήθεια του Θεού, για τη δική του Χάρη, δεν είναι δυνατόν «το βραχώδες έδαφος να μεταβληθεί και να γίνει γόνιμη γη»²⁶⁹. Οι Πατέρες μιλούν με βασικό γνώμονα την αιωνιότητα. Όχι μόνο δηλαδή την παροδική ψυχική ισορροπία του ανθρώπου, αλλά την Ειρήνη του Χριστού με σωτηριώδη προοπτική.

Στο σημείο αυτό αξίζει να γίνει αναφορά σε άριστους επιστήμονες, οι οποίοι αφιερώνουν όλη τους τη ζωή στην έρευνα κι όχι μόνο, οι οποίοι έχουν συμβάλει στη βελτίωση της ψυχικής υγείας πολλών ψυχικά αδυνάτων ανθρώπων. Οι οποίοι συνδυάζουν τη θύραθεν παιδεία και γνώση, με τις συμβουλές των Πατέρων και θεωρούν- καθώς είναι - τον κάθε ασθενή μια ξεχωριστή και ανεπανάληπτη προσωπικότητα. Το έργο του ψυχολόγου είναι ακόμη πιο αποτελεσματικό όταν συμβουλευεται και τον πνευματικό του πατέρα, είναι πιστός, προσεύχεται και η Χάρη του Αγίου Πνεύματος εμποτίζει τις σκέψεις και τις πράξεις του. Εννοείται ότι το ιδανικό θα ήταν να ίσχυαν τα ίδια και για τον ασθενή.

²⁶⁹ Ιωάννου Χρυσοστόμου, *Υπόμνημα του κατά Ματθαίον*, 44, 5. PG, 408: «Δυνατόν γαρ την πέτραν μεταβληθήναι και γενέσθαι γην λιπαράν». Αλεξίου Ιερομονάχου Καρακαλλινού, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός) σελ.409.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

1. Η ανθρώπινη ψυχή, μπορεί να επηρεαστεί από την ανθρώπινη παρέμβαση (ή επέμβαση), μέχρι ενός σημείου. Ριζικά και καταλυτικά όμως, μόνο τα Ιερά Μυστήρια με τη χάρη που παρέχουν και ο ίδιος ο Δημιουργός, μπορεί να την οδηγήσει σε πλήρη ίαση. «Ὁ τῆς ἀληθείας ἔξεταστής καὶ τῶν κρυπτῶν γνώστης Κύριος»²⁷⁰.
2. Ο κάθε άνθρωπος είναι σύνθετος από ψυχή και σώμα. Ο δεσμός αυτός είναι μόνιμος. Δημιουργείται κατά τη στιγμή της συλλήψεως και συντελείται προσωρινός αποχωρισμός κατά το σωματικό θάνατο. Όταν επιτελεσθεί η Δευτέρα του Χριστού Παρουσία, η ένωση αυτή θα αποκατασταθεί. Συνεπώς ο κάθε ένας από εμάς είναι εντελώς μοναδικός με τη δική του ψυχοσύθεση και βιώματα. Σε ό, τι αφορά τις ενέργειες της ψυχής, οι οποίες - μερικώς- διακρίνονται από τη ψυχολογία, θεραπεία η οποία έχει ως βάση την κατηγοριοποίηση των ανθρώπων, δε μπορεί να λειτουργήσει στην κάθε προσωπικότητα ξεχωριστά. Διότι σύμφωνα με τον άγιο Ιωάννη της Κλίμακος: « Μερικές φορές το φάρμακο του ενός, είναι δηλητήριο για τον άλλο»²⁷¹. Μερικές γενικευμένες θεραπείες ενδεχομένως να βελτιώσουν κάποιες καταστάσεις, όπως άγχη, φοβίες καθώς και θέματα συμπεριφοράς. (Εξαίρεση αποτελούν οι ειδικές ή/και παθολογικές, νευρολογικές περιπτώσεις στις οποίες επιβάλλεται η επέμβαση της ιατρικής με φαρμακευτική η/και άλλες μεθόδους).

Η ψυχή ως η προσωπική «κατ' εικόνα» και «ομοίωση» του Θεού σφραγίδα του κάθε ανθρώπου ξεχωριστά, δε μπορεί να γιατρευτεί εντελώς, μόνο με συμβατικές ψυχολογικές μεθόδους. Η θεραπεία της ψυχής είναι για το κάθε μοναδικό πρόσωπο ξεχωριστή, και διενεργείται πάντοτε ελεύθερα και σε συνεργία του ανθρώπου με τη Χάρη του Αγίου Πνεύματος.

3. Η συμβατική ψυχοθεραπεία αγνοεί την προ της πτώσεως κατάσταση του ανθρώπου καθώς και την εσχατολογική προοπτική του.

²⁷⁰ Απόστιχο Αίνων Τριωδίου.

²⁷¹ Ιωάννου Σιναΐτου, ΚΛΙΜΑΞ, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη, Ωρωπός Αττικής 2021, σελ. 311.

Οποιαδήποτε μέθοδος η οποία επιχειρεί τομή και κομίζει τη θεραπεία στερούμενη των προαναφερθεισών θεμελιωδών εννοιών, δεν έχει νόημα για την ορθόδοξη θεολογία.

4. Η ψυχολογία προφέρει λύσεις προερχόμενες από ατελείς ανθρώπους, σε επίσης ατελείς ανθρώπους. Η επιστήμη της ψυχολογίας προσεγγίζει την ανθρώπινη ψυχή με διαφορετικούς όρους από την Ορθόδοξη χριστιανική οπτική.
5. Η αιώνια ζωή χαρίζεται σε όποιον αξιοποιήσει την κοινή προίκα του «κατ' εικόνα». Η συμμετοχή στα μυστήρια της Εκκλησίας πρέπει να είναι ενεργή. Η εκκλησία σύμφωνα με τον Άγιο Μάξιμο τον Ομολογητή, είναι ο ίδιος ο άνθρωπος. Σαν ψυχή έχει το ιερό βήμα, νου της το ιερό θυσιαστήριο και σώμα το ναό. Είναι εικόνα και ομοίωση του ανθρώπου κατά την εικόνα και ομοίωση του Θεού²⁷².
6. «Εγώ λέγω πως ανάμεσα στα δώρα του Θεού, μερικά είναι φυσικά: προσφέρονται σ' όλους χωρίς διάκριση, πριν από το Νόμο, κάτω από το Νόμο, κι έπειτα από τον Νόμο. Άλλα δώρα είναι υπερφυσικά, πνευματικά και εντελώς απλησίαστα. Θεωρώ τα τελευταία δώρα ανώτερα από τα πρώτα, όπως όσοι κρίθηκαν άξιοι της σοφίας του Αγίου Πνεύματος είναι ανώτεροι απ' όλο τον όμιλο των Ελλήνων Φιλοσόφων. Λέγω ακόμη πως ένα από τα φυσικά δώρα του Θεού είναι η φιλοσοφία, καθώς και οι ανακαλύψεις του ανθρώπινου λογικού, οι επιστήμες...

Αποδίδω στο καθένα την τιμή που του ταιριάζει...»²⁷³.

²⁷² Άγιος Μάξιμος ο Ομολογητής, *Μυσταγωγία*, (Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, 1997)σελ. 127. Στα σχόλια του βιβλίου ο μακαριστός πατέρας Δημήτριος Στανιλοάε (1903-1993) εξηγεί πως «η Εκκλησία είναι ένα είδος άνθρωπος και ο άνθρωπος μια Εκκλησία. Η εικόνα δεν είναι χωρισμένη κι αυτή τη φορά από το πρότυπο. Η Εκκλησία σαν εικόνα ανθρώπου περιέχει τον άνθρωπο και ο άνθρωπος σαν εικόνα του Θεού, περιέχει το Θεό και αντιστρόφως».

²⁷³ Γρηγόριος Παλαμάς, Τριάδες, II, παρ. 25, e'd Meyendorff, p.p. 274 – 276. Meyendorff John, *Ο άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς και η Ορθόδοξη Μυστική Παράδοση*, Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 1989, σελ. 134.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Ο Ιησούς Χριστός ως ιστορικό πρόσωπο, ως η Αγάπη και η Σοφία οδήγησε όχι μόνο στη γνώση αλλά και στην κοινωνία μαζί Του. Στην κοινωνία δηλαδή με την Αλήθεια. Κινούμενος από αγάπη για τον άνθρωπο, αποτελεί το γιατρό των σωμάτων και των ψυχών, γιατί αυτός μόνος γνωρίζει όχι μόνο την ενέργεια αλλά και την ουσία της ψυχής, η οποία για τον καθένα αποτελεί κάτι μοναδικό κι ανεπανάληπτο.

Οι εντολές Του, οι μακαρισμοί Του, οι παραβολές Του, περικλείουν την αυτοαποκάλυψή του κι αποτελούν τις κατευθυντήριες γραμμές προς το «καθ' ομοίωσιν», προς αιώνια ίαση και σωτηρία. Η τήρησή τους δε στερεί την ελευθερία, τουναντίον ελευθερώνει από τα δεσμά των παθών και της αμαρτίας.

Ο άνθρωπος δε δύναται να νοηθεί και να κατανοηθεί, χωρίς αναφορά στην κατ' εικόνα δημιουργία του. Η θεραπεία και η ανάπλασή του, διενεργείται και ολοκληρώνεται με την ελεύθερη άσκηση της αρετής, παράλληλα με την ορθή χρήση του αυτεξουσίου. Η θεραπεία συντελείται μέσω της ορθής πίστης, η οποία οδηγεί στην πρακτική και θεωρητική άσκηση της ηθικής, σε συνδυασμό με τα Μυστήρια τα οποία με την ανακαινιστική τους Χάρη, τον καθιστούν Υιό Θεού, κατά χάριν.

Το μέτρο της ηθικής του πιστού η οποία προϋποθέτει την ελευθερία της συνείδησης, αποτελεί ο Χριστός, ο οποίος με τη θυσία Του, εκφράζει την αγάπη, τη συγχωρητικότητα και την ταπείνωση, οι οποίες πρέπει να διακατέχουν τον άνθρωπο που αποβλέπει στη σωτηρία του.

Ελευθερία για τη θεολογία είναι η εναρμόνιση όλων των δυνάμεων του ανθρώπου προς το θέλημα του Θεού και κατ' επέκταση στην κατεύθυνση προς την αγιότητα, ενώ για τη ψυχολογία, ελευθερία είναι η βελτίωση του τρόπου ζωής, μετά από την επίλυση εσωτερικών συγκρούσεων.

Ο διάλογος μεταξύ θεολογίας και ψυχολογίας (καθώς και οποιασδήποτε άλλης επιστήμης) είναι επιβαλλόμενος. Ειδικά στους επιφανειακούς καιρούς που βιώνουμε.

Η καίρια διάκριση μεταξύ ψυχολογίας και θεολογίας, έγκειται στο ότι η ορθόδοξη θεολογία έχει ως αφετηρία της ανθρωπολογίας της την προοπτική κατάσταση του ανθρώπου, γεγονός το οποίο η ψυχολογία είτε αγνοεί, είτε δε λαμβάνει υπόψη. Οποιαδήποτε προσπάθεια για βελτίωση της ψυχικής κατάστασης του ανθρώπου, αγνοώντας την περί του Σωτήρος Χριστού διδασκαλία, από θεολογική άποψη θεωρείται ελλιπής. Από θεολογική άποψη η επιστήμη της ψυχολογίας είναι χρήσιμη και μπορεί να βοηθήσει τον άνθρωπο σε συγκεκριμένα πλαίσια, όμως για τη βαθύτερη κατανόηση του ανθρώπου, χρειάζεται μια πνευματική προσέγγιση ώστε να θεραπευθεί η ψυχή του και να επιτευχθεί η σωτηρία του, σύμφωνα με τη διδασκαλία της Εκκλησίας.

Στη διδασκαλία της ορθόδοξης χριστιανικής θεολογίας, βρίσκει κανείς τις οδηγίες για την αιώνια ίαση της ψυχής, αλλά και την απάντηση στο καίριο ερώτημα:

«Ποιο είναι το νόημα της ζωής;»

«Έρχου και είδε»²⁷⁴. Εάν ελεύθερα επιδιώξει κανείς, να συντονίσει τη θέλησή του στην πρόσκληση, η ερώτηση δε θα υφίσταται και στη θέση της θα υπάρχει η βεβαίωση, «ο Κύριός μου κι ο Θεός μου»²⁷⁵.

²⁷⁴ Ιωάν. 1,47

²⁷⁵ Ιωάν. 20, 28

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ ΠΙΝΑΚΕΣ - ΣΧΕΔΙΑΓΡΑΜΜΑΤΑ

Πίνακας 1. Ταύτιση σωματικών με τις αντίστοιχες ψυχικές δυνάμεις και συνέπειες αυτής της ταύτισης στη ψυχή²⁷⁶

<u>Σωματική Αίσθηση</u>	<u>Ψυχική Αίσθηση</u>	<u>Συνέπειες Ταύτισης = Αγγελική επίγεια ζωή</u>
Όραση	Νους	Όραση από το νου θεϊκού φωτός και λήψη γνώσεων για τα Μυστήρια.
Ακοή	Σύνεση	Ανάβαση των λογισμών με τη γνώση ικανότητας διάκρισης καλών και κακών λογισμών.
Γεύση	Διάκριση	Δοκιμασία των ειδών των νοημάτων, μεταποίηση πικρών σε γλυκά και χώνευση ή αποβολή των πικρών.
Όσφρηση	Διάνοια	Όσφρηση του νοητού μύρου της χάρις του Πνεύματος κι έτσι γεμίζουμε ευφροσύνη και αγαλλίαση.
Αφή	Εγρήγορση	Συνειδητή αίσθηση του Αγίου Πνεύματος με αποτέλεσμα την επιθυμία προς τα καλά και τη θέρμανση της καρδιάς από το ψύχος των παθών.

²⁷⁶ Όσιος Νικήτας Στηθάτος «Πρώτη εκατοντάδα πρακτικών κεφαλαίων», *Φιλοκαλία των Ιερών Νηπτικών*, Τόμος Δ', Έκδοση «Το περιβόλι της Παναγίας».

Οι οκτώ λογισμοί που προκαλούν τα αμαρτήματα (πάθη) είναι :

Οι οκτώ λογισμοί της κακίας.

1.Γαστριμαργία, 2. Πορνεία, 3. Φιλαργυρία, 4. Οργή, 5. Λύπη, 6. Ακηδία, 7. Κενοδοξία, 8. Υπερηφάνεια.

Στους λογισμούς συναντάμε τα εξής στάδια:

1. Προσβολή: Απλή υπόμνηση.
2. Συνδυασμός: Παραδοχή λογισμού, μελέτη και ηδονική συνομιλία με την προαίρεσή μας.
3. Πάθος: Η έξη που δημιουργείται από το συνδιασμό και η συνεχής μελέτη και φαντασία.
4. Πάλη: Αντίσταση προς το λογισμό.
5. Αιχμαλωσία: Βίαιη και αθέλητη απαγωγή της καρδιάς από τον εθισμό στην αμαρτία και τη συνήθεια.
6. Ενέργεια: Η ίδια η πράξη του εμπαθούς λογισμού.
7. Αιχμαλωσία.

Οι Πατέρες συστήνουν απαθή αντιμετώπιση του πρώτου σταδίου, ή δίωξή του με αντίρρηση και σταθερότητα ώστε να αποφευχθούν τα επόμενα.

Πίνακας 2. Αντιμετώπιση των 8 λογισμών της κακίας²⁷⁸

Λογισμός	Ίαση
1. Γαστριμαργία	1. Εγκράτεια
2. Πορνεία	2. Θείο πόθο και επιθυμία μελλόντων αγαθών
3. Φιλαργυρία	3. Συμπάθεια προς τους φτωχούς
4. Οργή	4. Αγάπη και καλοσύνη
5. Κοσμική λύπη	5. Πνευματική χαρά
6. Ακηδία	6. Υπομονή, καρτερία, ευχαριστία προς το Θεό
7. Κενοδοξία	7. Κρυφή εργασία αρετών, συνεχής προσευχή με συντριβή καρδιάς.
8. Υπερηφάνεια	8. Να μην κρίνει, να μην εξευτελίζει, να θεωρεί τον εαυτό του τελευταίο.

²⁷⁸ Ιωάννη Δαμασκηνού, «Λόγος Ψυχοφελής και θαυμάσιος», ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ ΤΩΝ ΙΕΡΩΝ ΝΗΠΤΙΚΩΝ, Εκδόσεις: Το Περιβόλι Της Παναγίας,

Πίνακας 3. Ψυχικές και σωματικές αρετές²⁷⁹

Ψυχικές	Σωματικές
<p>Ανδρεία, φρόνηση, σωφροσύνη, δικαιοσύνη, πίστη, ελπίδα, αγάπη, προσευχή, ταπείνωση, πραότητα, μακροθυμία, ανεξικακία, χρηστότητα, αοργησία, θεία γνώση, ευφροσύνη, απλότητα, αταραξία, ειλικρίνεια, χωρίς έπαρση διάθεση, αφιλαργυρία, συμπάθεια, ελεημοσύνη, μεταδοτικότητα, αφοβία, αλυπία, κατάνυξη, σεμνότητα, ευλάβεια, επιθυμία μελλοντικών αγαθών, πόθος βασιλείας του Θεού, επιθυμία θείας υιοθεσίας.</p>	<p>Εγκράτεια, νηστεία, πείνα, δίψα, αγρυπνία, ολονύκτια στάση στην προσευχή, συνεχής γονυκλισία, αλουσιά, χρήση ενός ενδύματος, ξηροφαγία, αραιή βρώση, μόνο νεροποσία, χαμαικιτία²⁸⁰, φτώχεια, ακτημοσύνη, αποφυγή περιρποϊσεως, καλλωπισμού, αφιλαυτία, μόνωση, ησυχία, εσωτερική παραμονή, αυτάρκεια, σιωπή, εργόχειρο, κακοπάθεια, σωματική άσκηση.</p>

«Μία είναι η αρετή, η ταπείνωση. Επειδή όμως δεν το καταλαβαίνετε , άντε να σας πω και για την αγάπη. Αλλά όποιος έχει ταπείνωση δεν έχει και αγάπη; Καλλιεργείστε αυτές τις δύο και μόλις αυξηθούν, η υπερηφάνεια και η κακία θα μείνουν ατροφικές και τα πάθη θ' αρχίσουν να ψυχορραγούν»²⁸¹.

²⁷⁹ Ιωάννη Δαμασκηνού, «Λόγος Ψυχοφελής και θαυμάσιος», *ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ ΤΩΝ ΙΕΡΩΝ ΝΗΠΤΙΚΩΝ*, Εκδόσεις: Το Περιβόλι Της Παναγίας..

²⁸⁰ Η Φιλοκαλία έχει ως αρχική αναφορά τους μοναχούς, ίσως και κάποιες αρετές να φαίνονται ακραίες ως προς την κοσμική θεώρηση.

²⁸⁸Γέροντος Παΐσιου Αγιορείτου, *Λόγοι Ε', Πάθη και Αρετές*, (Ιερών Ησυχαστήριον Ευαγγελιστής Ιωάννης ο Θεολόγος, Σουρωτή Θεσσαλονίκης, 2006), σελ. 9.

...ἐὰν γὰρ καὶ πορευθῶ ἐν μέσῳ σκιάς θανάτου, οὐ φοβηθήσομαι κακά, ὅτι σὺ μετ' ἐμοῦ εἶ· ἡ ράβδος σου καὶ ἡ βακτηρία σου, αὗται με παρεκάλεσαν...²⁸²

²⁸² Ψαλμ. 22, 4.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

I. ΠΗΓΕΣ

Η Καινή Διαθήκη, Έκδοση Ιεράς Συνόδου της Εκκλησίας της Κύπρου, Λευκωσία, 2000.

Η Παλαιά Διαθήκη, Άσμα Σοφία Σολομώντος, Σοφία Σειράχ, Τόμος 13, μετά συντόμου ερμηνείας Τρεμπέλα Παναγιώτη, Ψαλτάκη Γεώργιου Γ, Αθήνα, Έκδοσις Αδελφότης Θεολόγων «Ο ΣΩΤΗΡ», 2003

II. ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ ΕΛΛΗΝΟΓΛΩΣΣΑ

Βασιλείου Καισαρείας, Έργα, Έλληνες Πατέρες της Εκκλησίας, Τόμος 6, εκδόσεις "Γρηγόριος Παλαμάς", Θεσσαλονίκη, 1973.

Γρηγορίου Νύσσης, *Μυστική Θεολογία*, Επιλογή Κειμένων, Εισαγωγή – Μετάφραση, Αρχιμ. Παγκρατίου Μπρούσαλη, Κατερίνη: Εκδόσεις Επέκταση, 1997.

Ιωάννου Δαμασκηνού, Έργα 1, Θεσσαλονίκη: Πατερικά Εκδόσεις Γρηγόριος Παλαμάς, Εκδοτικός Οίκος Ελευθέριου Μερετάκη, «Το Βυζάντιον», 1978.

Ιωάννου Δαμασκηνού, *Λόγος Ψυχοφελής και θαυμάσιος*, ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ ΤΩΝ ΙΕΡΩΝ ΝΗΠΤΙΚΩΝ, Τόμος Β', Εκδόσεις: Το Περιβόλι Της Παναγίας.

Ιωάννου Σιναΐτου, *ΚΛΙΜΑΞ*, Μετάφρασις Αρχιμ. Ιγνατίου, Έκδοσις Όγδοη, Ωρωπός Αττικής 2021

Ισαάκ του Σύρου : *Τα σωζόμενα Ασκητικά / μετενεχθέντα εις την λαλούμενην καθαράν ελληνικήν γλώσσαν παρά του οσιωτάτου ιεροδιδασκάλου Καλλίνικου Παντοκρατορινού*. (Εν Αθήναις: Τύποις Αγγ. Καναριώτου και Ζανή Γρυπάρη, 1871).[\[https://anemi.lib.uoc.gr/metadata/f/1/c/metadata-291-0000007.tk\]](https://anemi.lib.uoc.gr/metadata/f/1/c/metadata-291-0000007.tk).

Μαξίμου Ομολογητού, *ΜΥΣΤΑΓΩΓΙΑ*, Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, Αθήνα, Έκδ. Γ', 1997

Μαξίμου Ομολογητού, *Τα 400 Κεφάλαια περί Αγάπης και Ερμηνεία του Πάτερ Ημών*, Μετάφραση, εισαγωγή, σχόλια, Θεοκλήτου Μοναχού Διονυσιάτη, Δ' Έκδοση, Εκδόσεις Σπηλιώτη

Νεκταρίου Πενταπόλεως, *Περί επιμελείας ψυχής*, Εκδόσεις Σταμούλη, Α.Ε. , Αθήνα, 2017.

Νεκταρίου Πενταπόλεως, *Περί Ψυχής -Υποτύπωσις περί ανθρώπου*, (Αθήναι, 1893), Αγίου Νικοδήμου Αγιορείτου, *Φυλακτήριον της Ψυχής- Πνευματικά Γυμνάσματα (1800)*, Κείμενο και απόδοση στη Νεοελληνική, *Νήψη και Ανάνηψη Ψυχής*, Αθήνα : Εκδόσεις Παρηρησία, Α' Έκδοση : 2017.

Νικοδήμου Αγιορείτου, *Ο Αόρατος Πόλεμος*, Απόδοση στη Νεοελληνική, Έκδοσις Συνοδίας Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Ιερά Καλύβη «Άγιος Σπυριδων Α'», Νέα Σκήτη, Άγιον Όρος,

Νικοδήμου Αγιορείτου, *Πνευματικά Γυμνάσματα*, μελέτη ΙΕ΄, αποσπάσματα, 4η έκδοσις, Νέα σκήτη Αγίου

Όρους [<https://www.pemptousia.gr/2021/02/pia-epistrofi-edixe-o-asotos-iios-agiou-nikodimou-agioritou/>].

Νικοδήμου Αγιορείτου, *Προς μετανοούντα, περί εξομολογήσεως*, Έκδοσις Αδελφότης Καρτσωναίων, Καλύβη Αγίου Γεωργίου, Ιερά Σκήτη Αγίας Άννης, Άγιον Όρος.

[http://users.uoa.gr/~nektar/orthodoxy/tributes/osios_nikodhmos_agioreiths/pros_metanooynta.htm].

Παΐσιου Αγιορείτου, *Λόγοι Ε΄, Πάθη και Αρετές*, Ιερόν Ησυχαστήριον Ευαγγελιστής Ιωάννης ο Θεολόγος, Σουρωτή Θεσσαλονίκης, 2006.

Πορφυρίου Καυσοκαλυβίτου, *Βίος και Λόγοι*, Ιερά Μονή Ζωοδόχου Πηγής – Χρυσοπηγής, Χανιά, Κρήτη, 2006.

Σαχάρωφ Σωφρονίου, *Ο Άγιος Σιλουανός ο Αθωνίτης*, Δέκατη Έκτη Έκδοση, Ιερά Σταυροπηγική Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2015

Σαχάρωφ Σωφρονίου, *Οψόμεθα τον Θεόν καθώς εστί*, Ιερά Πατριαρχική και Σταυροπηγική Μονή Τιμίου Προδρόμου, Έσσεξ Αγγλίας, 2009

Συμεών Νέου Θεολόγου, *Λόγοι*

[<https://orthodoxfathers.com/Logoi-Agiou-Symeon-neoy-Theology/22-Logos-kv-Peri-pisteos-didaskalia-peri-legonton-mi-einai-dynaton>].

ΦΙΛΟΚΑΛΙΑ των Ιερών Νηπτικών, Απόδοση στη Νέα Ελληνική : Αντώνιος Γαλίτης, (Έκδόσεις: Το περιβόλι της Παναγίας, 1986

Αγγελιδάκη Ιωάννου Πρωτ/ρου, «Ο Λόγος σαρξ εγένετο, Η αγάπη του Θεού ως κίνητρο για τη σωτηρία του ανθρώπου».

[https://apostoliki-diakonia.gr/gr_main/catehism/simeioseis/%CE%9F_%CE%9B%CE%9F%CE%93%CE%9F%CE%A3_%CE%A3%CE%91%CE%A1%CE%9E_%CE%95%CE%93%CE%95%CE%9D%CE%95%CE%A4%CE%9F.pdf].

Αναστασίου Αθανασίου Αρχιμ. , «Οι δυνάμεις της ψυχής κατά τους Πατέρες της Εκκλησίας μας».

[<https://alopsis.gr/%CE%BF%CE%B9-%CE%B4%CF%85%CE%BD%CE%AC%CE%BC%CE%B5%CE%B9%CF%82-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CF%88%CF%85%CF%87%CE%AE%CF%82-%CE%BA%CE%B1%CF%84%CE%AC-%CF%84%CE%BF%CF%85%CF%82-%CF%80%CE%B1%CF%84%CE%AD%CF%81%CE%B5/>].

Αυγουστίδη Α. π., Ζορμπά Κ., π. Θερμού Β., Κοκοσαλάκη Ν., Μελισσάρη Α., Τερέζη Χρ., *Η Ορθοδοξία ως Πολιτισμικό Επίτευγμα και τα Προβλήματα του Σύγχρονου Ανθρώπου*, Τόμος Β, *Η Ορθοδοξία απέναντι στα θέματα της εποχής μας*, Πάτρα: Εκδόσεις ΕΑΠ, 2002.

Βενεδίκτου Αγιορείτου Ιερομονάχου, *Τα πάθη και θεραπεία τους*, (Έκδοσις Συνοδεία Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκήτη Αγίου Όρους, 2006)

Βενεδίκτου Αγιορείτου Ιερομονάχου, *Οι λογισμοί και η αντιμετώπισή τους*, Έκδοσις Συνοδεία Σπυριδωνος Ιερομονάχου, Νέα Σκήτη Αγίου Όρους, 2011

Γκρέκα Αριστάρχου Αρχιμ., « Η ασθένεια και η αντιμετώπισή της κατά το Μέγα Βασίλειο.»

Γκρέκα Αριστάρχου π. , *Η ησυχαστική πνευματικότητα στο έργο του Νικοδήμου του Αγιορείτη*, Διδακτορική διατριβή υποβληθείσα στο Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης ,Θεσσαλονίκη, 2015.

Γκρέκα Αριστάρχου Αρχιμ., «Η θεραπευτική των μυστηρίων στη ζωή της Εκκλησίας κατά τον Νικόδημο τον Αγιορείτη», *Γρηγόριος Παλαμάς*, Τεύχος 857, Θεσσαλονίκη: Απρίλιος – Ιούνιος 2017.

Γκρέκα Αριστάρχου Αρχιμ., *Θέματα Εκκλησιαστικής Γραμματολογίας και θεολογίας I*, Θεσσαλονίκη, Εκδόσεις Ostrakon, 2020.

Γκρέκα Αριστάρχου Αρχιμ., *Τεχνητή Νοημοσύνη και Άνθρωπος, Ορθόδοξη θεολογική προσέγγιση*. Αποστολική Διακονία της Εκκλησίας της Ελλάδος, Αθήνα, 2022.

Γρίντζου Ιωάννου Αρχιμ., *Σωτηριολογική προσέγγιση της νοσούσας ψυχής : Η ερμηνεία της Πατερικής Παράδοσης στον 20ό αιώνα, Σπουδή στο έργο του πατέρα Συμεών Κραγιοπούλου* (Μεταπτυχιακή Εργασία, Τμήμα Θεολογίας της Θεολογικής Σχολής Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη, 2015)

Θεοχαράκη Νεκταρίου, *Ψυχολογία του βάθους και ψυχοκοινωνική αποκατάσταση των ασθενών στο Βυζάντιο*, Διδακτορική διατριβή, Πανεπιστήμιο Ιωαννίνων, 2001. [<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/23061?lang=el#page/222/mode/2up>].

Ιεροθέου, Μητρ. Ναυπάκτου και Αγίου Βλασίου, *Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία, Πατερική θεραπευτική αγωγή*, Λειβαδιά, (Εκδ. Ιερά Μονή Γενεθλίου της Θεοτόκου, 2017).

Καρακαλλινού Αλεξίου Ιερομονάχου, *Θεραπεία της Ψυχής: Πατέρες και ψυχολόγοι σε διάλογο*, Εκδόσεις Αρμός, Αθήνα.

Κατσιόλα Μαρία – Ασημίνα, *Κατά Θεόν λύπη και κατάθλιψη – Θεολογική και κοινωνική προσέγγιση*, Μεταπτυχιακή Εργασία, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, Θεσσαλονίκη, 2017

Κορναράκη Ιωάννη, *Χριστιανισμός και Φροϋδισμός*

[<https://www.pemptousia.gr/2011/12/christianismos-ke-froidismos-a/>]

Μούτση Χρόνη, «Οντολογία – Φιλοσοφία και Θεολογία»,

[<https://www.dogma.gr/dialogos/ontologia-filosofia-kai-theologia/13461/>].

Νικολάου Νίκη, *Η ανθρώπινη ψυχοσωματική συγκρότηση*

[<https://www.pemptousia.gr/2014/09/i-anthropini-psichosomatiki-sigkrotisi/>].

Λίποβατς Θάνου, *Ψυχανάλυση και Νεοτερικότητα* [https://student.cc.uoc.gr/uploadFiles/181-%CE%A1%CE%91%CE%A4%CE%9A387/lipovatz_neoterikothta.pdf].

Λουδοβίκου Νικολάου π., *Ψυχανάλυση και Ορθόδοξη Θεολογία: περί επιθυμίας, καθολικότητας και εσχατολογίας* (Αθήνα: Εκδόσεις Αρμός, 2003).

Μελισσάρη Αθανασίου, «Μια χαμένη γενιά : Εμπειρική έρευνα σε φοιτητές – φοιτήτριες, Ποιμαντικοψυχολογική προσέγγιση», *Εκπαίδευση για το περιβάλλον και την αειφορία στις αρχές του 21^{ου} αιώνα, Προβλήματα και προβληματισμοί σε εποχές κρίσης*, Διάδραση, Αθήνα, 2013.

Μπαγκαλά Αναστασία, *Ψυχοσωματική υγεία και νόσος στους Ασκητικούς Λόγους του αγίου Ισαάκ του Σύρου*, Διδακτορική Διατριβή, Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης, 2015 . [<http://ikee.lib.auth.gr/record/270030/files/GRI-2015-14720.pdf>].

Πλάτωνος, *Πολιτεία*,

[<https://gregoriusworld.blog/2018/02/28/%CE%AC%CE%BD%CE%B8%CF%81%CF%89%CF%80%CE%BF%CF%82-homo/>].

Πρωτοπαπά – Μαρνέλη Μαρία, «Τα πάθη της ψυχής κατά τους Στωικούς και τον Γαληνό».

[<https://olympias.lib.uoi.gr/jspui/bitstream/123456789/31259/1/%CE%A4%CE%B1%20%CF%80%CE%AC%CE%B8%CE%B7%20%CF%84%CE%B7%CF%82%20%CF%88%CF%85%CF%87%CE%AE%CF%82%20%CE%BA%CE%B1%CF%84%CE%AC%20%CF%84%CE%BF%CF%85%CF%82%20%CE%A3%CF%84%CF%89%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CF%8D%CF%82%20%CE%BA%CE%B1%CE%B9%20%CF%84%CE%BF%CE%BD%20%CE%93%CE%B1%CE%BB%CE%B7%CE%BD%CF%8C.pdf>].

Σχοινά Φώτη, «Η λογική – διανοητική και καρδιακή – νοερά λειτουργία της ψυχής».

[<https://antifono.gr/%E1%BC%A1-%CE%BB%CE%BF%CE%B3%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CE%BD%CE%BF%CE%B7%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AE-%CE%BA%CE%B1%CE%AF-%CE%BA%CE%B1%CF%81%CE%B4%CE%B9%CE%B1%CE%BA%CE%AE-%CE%BD%CE%BF%CE%B5%CF%81/>].

«Νικόλαος Καβάσιλας, ο διαπρεπής θεολόγος και όσιος», *Το Αγιολόγιον της Θεσσαλονίκης*. Β΄. Μακάριος-Χρυσόγονος. Κέντρον Αγιολογικών μελετών Ιεράς Μητροπόλεως Θεσσαλονίκης., (Έκδοση Ιεράς Μονής Αγίας Θεοδώρας, Θεσσαλονίκη 1997).

[<https://www.pemptousia.gr/2014/06/nikolaos-kavasilas-o-diaprepis-theologos-kai-osios/>].

Φρούντ Σίγκμουντ, *Εισαγωγή στη Ψυχανάλυση*, Μετάφραση Α. Πάγκαλος Αθήνα: Γκοβόστης Εκδοτική, 2005.

Χριστοδούλου Φωτίου, *Η ανθρωπολογία και η φιλοσοφία της παιδείας στο "Περί Κατασκευής Ανθρώπου" έργο του Γρηγορίου Νύσσης*, (2018)

[<https://thesis.ekt.gr/thesisBookReader/id/45046#page/1/mode/2up>].

Lossky Vladimir, *Η Μυστική Θεολογία της Ανατολικής Εκκλησίας*, Έκδοσις έκτη, Μετάφραση Πρεσβυτέρας Στέλλας Κ. Πλευράκη, Θέρμη Θεσσαλονίκης, 2007, Έκδοσις AUBIER, Copyright για την Ελλάδα: Εκκλ.Ίδρυμα «Ευαγγ. Μάρκος».

Meyendorff John, *Ο άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς και η Ορθόδοξη Μυστική Παράδοση*, Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 1989.

Nannen Els , «Η ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ ΣΤΟ ΦΩΣ ΤΗΣ ΑΓΙΑΣ ΓΡΑΦΗΣ, Ο Καθηγητής Δρ. Κάρολος Γκούσταβ Γιούνγκ (Karl Gustav Jung) 1875-1961, Η Άγνωστη Πλευρά».

[<https://www.imdleio.gr/diaf/books/Jung-spirits.pdf>]

Ware Κάλλιστος Επίσκοπος, *Η δύναμη του Ονόματος - Η προσευχή του Ιησού στην Ορθόδοξη Πνευματικότητα* μτφρ. Δ. Χουλιάρης, Ελ. Μασσαλή, Δημ. Κόκκινος. Εκδόσεις Ακρίτας, Αθήνα, 2005

III. ΒΟΗΘΗΜΑ ΑΓΓΛΟΓΛΩΣΣΟ

Tympas G. C., *Carl Jung and Maximus the Confessor on Psychic Development: The dynamics between the “psychological” and the “spiritual”*, Routledge Publishers, Sussex and New York, 2014