

# Οι στόχοι της Ορθόδοξης Ψυχοθεραπείας και ο ρόλος της Εκκλησίας

Ορθοδοξία / Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία

Δρ. Πάρης Μπίνος, MA MSc Λογοπαθολόγος, Επιστημονικός Συνεργάτης Τεχνολογικού Πανεπιστημίου Κύπρου



[Προηγούμενη δημοσίευση: <http://bitly.com/2d2B3AK>]

Πώς μπορώ να ακολουθήσω λοιπόν όσα προτείνει η Ορθόδοξη αυτή θεραπευτική τεχνική; Ποια είναι η μέθοδός της;

Η μέθοδος της Ορθόδοξης Ψυχοθεραπείας στοχεύει στην θεραπεία της ψυχής και στην απελευθέρωση του ανθρώπου. Στοχεύει να καταπολεμήσει τις αιτίες της απομάκρυνσης από το Θεό που έφεραν την πτώση, την σκότωση, την ζόφωση και τελικά τον θάνατο του νου. Πρόκειται πιο απλά, για την υποδούλωση του σύγχρονου ανθρώπου στις περιβαλλοντικές του συνθήκες. Στο σημείο αυτό, υπάρχει μια συγγένεια στόχων της Ορθόδοξης Ψυχοθεραπείας με την Λογοθεραπεία του Frankl (1905-1997). Και εκεί σκοπός αυτής της ψυχοθεραπευτικής μεθόδου είναι η εύρεση του σκοπού της ζωής, η απελευθέρωση του ανθρώπου από τις εκάστοτε οικονομικές συνθήκες ή ψυχολογικές

προϋποθέσεις. Στην θεραπεία της αμαρτίας, συνέπεια της πτώσης αλλά με την ενέργεια του Θεού στοχεύει και η Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία. Αυτή η πτώση είναι που επιφέρει το άγχος, αιτία της κυρίαρχης ψυχικής διαταραχής της κατάθλιψης. Αυτό είναι που καθιστά την Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία τόσο έγκυρη και αποτελεσματική για κάθε θεραπευτή. Το γεγονός ότι οι άγιοί της έχουν θεραπευτεί και άρα υπάρχουν μαρτυρίες επιτυχίας της τεχνικής και ότι τις μεθόδους της μπορούν να ακολουθήσουν όλοι οι άνθρωποι και όχι μια «ελίτ». Δεν είναι γνώση που μοιράζεται σε λίγους. Δεν είναι αποκρυφιστική με αμφίβολα αποτελέσματα. Είναι φως, ζωή που κατακτάται δια της πράξης, της θεωρίας και τελικά της θεολογίας. Πρόκειται για σωτηρία που δίδεται σε όλους, αρκεί να το θέλουν. Δεν υπάρχει «λούμπεν», δεν υπάρχουν «βέβηλοι», δεν υπάρχουν καλοί και κακοί άνθρωποι αλλά υπάρχουν ασθενείς.



Η Εκκλησία καλείται να διαδραματίσει αυτό τον ρόλο. Τον ρόλο του θεραπευτή. Η επιλογή της Εκκλησίας και των φορέων αυτής, δεν είναι αποτέλεσμα μιας συνήθειας που απλά ακολουθούμε. Δεν πρόκειται για «σωτηριολογική πρόσληψη κάποιων ανέργων ή αποτυχημένων ως ιερέων», αλλά πρόκειται για «θεραπευμένους» Πνευματικούς Πατέρες που έλαβαν γνώση της θεωρίας, δηλαδή της αποκάλυψης του Θεού. Δεν νοείται κατά τον συγγραφέα, θεολογία χωρίς θεραπεία. Τα εργαλεία προς επίτευξη της θεολογίας είναι η ορθή πίστη (διαφύλαξη καθαρότητας δόγματος), η αίσθηση της ασθένειας (αυτογνωσία), η ύπαρξη του



θεραπευτή ιατρού (Πνευματικός Πατέρας) και η άσκηση (ορθόδοξη μέθοδος) δια της «μυστηριακής ζωής» (Larín, 2007). Μάλιστα, η μεθοδολογία προτείνει μια άσκηση για κάθε μια από τις πέντε αισθήσεις του ανθρώπου. Αγρυπνία για την σύνδεση με την όραση, ησυχία για την αφή, μελέτη για την ακοή, ευχή για την όσφρηση και εγκράτεια για την γεύση. Μέσω της άσκησης γίνεται υποταγή της θέλησης του ανθρώπου στην θέληση του θεού.

Όπως γίνεται φανερό, η συμμετοχή των ανθρώπων στην Ορθόδοξη Ψυχοθεραπεία γίνεται ψυχο-σωματικά, μέσα από την μυστηριακή ζωή της Εκκλησίας δηλαδή της νηστείας, της αγρυπνίας και της προσευχής. Ο συγγραφέας βέβαια υπογραμμίζει και τον καθοριστικό ρόλο της Θείας Κοινωνίας, αλλά θεωρεί ως προαπαιτούμενο την κάθαρση που φέρνει την θεραπεία. Αλλιώς η Θεία Κοινωνία τελείται «εις κρίμα και εις κατάκριμα».

Η οπτική αυτή της Ορθοδοξίας ως θεραπευτικής αγωγής πρέπει να γίνει κτήμα όλων όσων μετέχουν της «μυστηριακής ζωής» της Εκκλησίας. Πρέπει να γνωρίζει ο σύγχρονος άνθρωπος όσα μπορεί να του προσφέρει η Ορθοδοξία και μόνο αυτή, αφού αυτή έχει αποδείξεις της επιτυχίας της. Η προσέγγιση αυτή, θα συμβάλει καθοριστικά στην αποκάλυψη της κενότητας των διδασκαλιών της λεγόμενης «νέας εποχής» και θα στρέψει στον δύσκολο μεν, αλλά μόνο δρόμο προς την θεολογία, τον σύγχρονο άνθρωπο.

**<http://bit.ly/2defyAT>**