

Περί αυτοεκτίμησης και περί αυτογνωσίας

[Ορθοδοξία](#) / [Πνευματική ζωή](#)

[Πρωτοπρεσβύτερος Θεμιστοκλής Μουρτζανός, Δρ. Θεολογίας](#)



**«Κύριε, οὐκ εἰμὶ ἰκανὸς ἵνα μου ὑπὸ τὴν στέγην εἰσέλθῃς»(Ματθ. 8, 8)
«Κύριε, δὲν εἶμαι ἄξιος νὰ σὲ δεχτῶ στὸ σπίτι μου»**

Αυτοεκτίμηση ή αυτογνωσία; Είναι δύο καταστάσεις της ανθρώπινης ύπαρξης, οι οποίες, στις ημέρες μας, προσελκύουν το ενδιαφέρον πολλών. Όταν το επίπεδο αυτοεκτίμησης, πίστης δηλαδή στον εαυτό μας και τις ικανότητές μας, είναι χαμηλό, τότε ο άνθρωπος αισθάνεται ενοχές, δυσκολεύεται να αναλάβει πρωτοβουλίες, έχει μια απαισιόδοξη διάθεση και κάνει επιλογές στις σχέσεις του, στις επαγγελματικές του προοπτικές και δραστηριότητες, που είναι συχνά είτε καταστροφικές είτε μειωτικές για τον ίδιο. Από την άλλη, όταν κάποιος αναζητεί την αυτογνωσία είναι ευάλωτος στον κίνδυνο ή να υπερεκτιμήσει τον εαυτό του ή να ποντάρει μόνο στα θετικά του, ενώ για τα αρνητικά του χαρακτήρα ή των ικανοτήτων του μπορεί να επιλέξει την οδό του «αργότερα» ή την οδό του «σε όποιον αρέσουμε». Δεν είναι πολύ συνηθισμένο το φαινόμενο ανθρώπων ισορροπημένων, που να μην απορρίπτουν τον εαυτό τους παρά τις όποιες αδυναμίες του, αλλά ούτε και να τον υπερεκτιμούν επειδή έχουν θετικά, με

αποτέλεσμα να φτάνουν στην οίηση, στην υπεροψία.

Απέναντι σ' αυτή την θέαση του κόσμου η πίστη αντιτάσσει μία ισορροπημένη προσέγγιση, η οποία πηγάζει από την σχέση του ανθρώπου με τον Χριστό. Ο εαυτός μας, η ύπαρξή μας, έχει αξία διότι είναι εικόνα Θεού, η οποία πλάστηκε εξ αρχής από Θεού και αναπλάστηκε με την ενανθρώπηση του Χριστού, καθότι ο Θεός αναγνωρίζει στον άνθρωπο μοναδική αξία, καθότι τον αγαπά προσωπικά και ξεχωριστά. Δεν εξαρτάται η αξία μας από την ηθική μας ποιότητα, από το αν αμαρτάνουμε, αν σφάλλουμε ή αν τηρούμε τις εντολές του Θεού. Δεν εξαρτάται καν από το αν πιστεύουμε στον Θεό. Ο ήλιος ανατέλλει και για τους δίκαιους και για τους άδικους, και για τους πιστούς και για τους άπιστους. Η σωτηρία από τον θάνατο προσφέρεται σε όλους ανεξαιρέτως. Ακόμη και αυτοί που για διάφορους λόγους (π.χ. επειδή γεννήθηκαν ή θα γεννηθούν σε χώρες και σε εποχές όπου οι συνάνθρωποί τους πίστευαν και πιστεύουν σε άλλους θεούς) δεν χάνουν την ελπίδα της σωτηρίας, καθότι έχουν εντός τους το δώρο της συνείδησης και τον νόμο της αγάπης. Επομένως, η όποια αυτοεκτίμηση δεν είναι αποκλειστικά αυτοπροσδιοριζόμενη, αλλά έρχεται ως ευλογία από την πίστη στον Θεό.



Επιπλέον, δεν υπάρχει άνθρωπος που να μην έχει τα таланτά του, τα χαρίσματά του. Καλούμαστε να μην κάνουμε το λάθος να συγκρίνουμε τον εαυτό μας και τα όποια таланτά του με τους άλλους και τα δικά τους таланτα. Ο καθένας είναι μοναδικός και διαφορετικός έτσι κι αλλιώς. Η στάση αυτή μας προφυλάσσει από τον φθόνο για τους άλλους και από την υποτίμηση του εαυτού μας, την χαμηλή αυτοεκτίμηση.

Εξάλλου, ακόμη κι αν οι οικείοι μας, το περιβάλλον μας, οι άνθρωποι με τους οποίους συναναστρεφόμαστε, δεν αποδέχονται το πρόσωπό μας ή τις δυνατότητές μας, δεν μας προσφέρουν την αγάπη που θα θέλαμε και θα μπορούσαμε να έχουμε, υπάρχει η οδός της υπέρβασης. Αγάπησε εσύ, ακόμη κι αν σου αρνούνται την αγάπη τους. Μπορεί να μοιάζει δύσκολο. Όμως όποιος θέλει να είναι προσωπικότητα, να παλεύει με κριτήριο την δική του ελευθερία, χρειάζεται και να νικήσει τους ενάντιους λογισμούς, για να μην παραδοθεί σε ένα, εν ολίγοις δαιμονικά αυτοκατασκευασμένο, αίσθημα μοναξιάς και αυτολύπησης.

Εδώ έρχεται και η δεύτερη πρόταση ισορροπίας της πίστης. Η αυτογνωσία δεν είναι βάση για να υπερηφανευτούμε ούτε για να εξουθενώσουμε τον εαυτό μας. Είναι βάση ταπείνωσης. Το βλέπουμε αυτό στον διάλογο που γίνεται στην Καπερναούμ ανάμεσα στον Χριστό και έναν Ρωμαίο εκατόνταρχο, ο οποίος έχει τον υπηρέτη του σε ανίατη κατάσταση παραλυσίας. Ο ειδωλολάτρης λέει στον Χριστό ότι δεν αισθάνεται τον εαυτό του ικανό να δεχτεί στο σπιτικό του τον Κύριο και Τον παρακαλεί να κάνει το θαύμα εκ του μακρόθεν. Ο άνθρωπος αυτός γνωρίζει ότι δεν μπορεί να συγκριθεί με τον Θεό. Γνωρίζει ότι η εξουσία του δεν μπορεί να νικήσει τον θάνατο. Γνωρίζει ότι όσο κι αν αγαπά, ο χρόνος και η φθορά δεν υπολογίζουν τα ανθρώπινα αισθήματα. Η αυτογνωσία του συνεπάγεται την επίγνωση των ορίων του. Και τότε κανένα κοσμικό ή πολιτικό ή κοινωνικό αξίωμα δεν τον οδηγούν στο να θέλει να υπερβεί τα μέτρα του ούτε τον κάνουν να αισθανθεί «θεός». Έτσι, πέφτει στα πόδια του μόνου Θεού και εναποθέτει με ταπείνωση την ελπίδα του σ' Εκείνον. Δεν έπαψε να γνωρίζει το ποιος είναι. Έμαθε από την ασθένεια του υπηρέτη του το μέχρι πού μπορεί να φτάσει. Αποδέχτηκε τα όριά του. Και ζήτησε λύτρωση σ' Αυτόν που αγαπά δίχως όρια.

Στον κόσμο της θεοποίησης του εαυτού, της υπερηφάνειας ή της κατάθλιψης, όψεις του ιδίου νομίσματος, του ανθρώπου δηλαδή που πρέπει να είναι ικανός για τα πάντα και αυτό να του αναγνωρίζεται, αλλιώς ή καταστρέφει ή καταστρέφεται, η Εκκλησία μάς δείχνει την εικόνα του Θεού ως βάση αυθεντικής αυτοεκτίμησης και την ταπείνωση ως βάση αυθεντικής αυτογνωσίας. Κάνε αυτό που μπορείς. Άφησε στον Θεό τον τελευταίο λόγο. Μην απελπίζεσαι. Μην υπερηφανεύεσαι. Και αναζητώντας τον Χριστό, γιατρευόμαστε υπαρξιακά, νικώντας τον θάνατο και

ζώντας το θαύμα της αγάπης.

themistoklismourtzanos.blogspot.com

<https://bit.ly/3nXRVNV>