

-Οι Πατέρες εστιάζουν πολύ στο θέμα της αυτογνωσίας, δηλαδή να ξέρει ο άνθρωπος τι γίνεται μέσα του και πώς να ψάχνει και τι να βελτιώνει και πώς να το βελτιώνει. Με αυτό το σκεπτικό, επειδή βλέπω και κάποιους ανθρώπους στο περιβάλλον μου οι οποίοι πραγματικά ζουν στο ψέμα (θα μου πείτε, όλοι λίγο πολύ ζούμε στο ψέμα), πώς θα μπορούσαμε να βοηθήσουμε και κάποιους ανθρώπους να δουν τι γίνεται πραγματικά μέσα τους, αλλά κι εμείς οι ίδιοι να δούμε καλύτερα τον εαυτό μας.

-Να πω παραδείγματα εγώ; Το πρώτο παράδειγμα που μου έρχεται στο μυαλό είναι ότι για τα αυτοκινητιστικά ατυχήματα φταίνε οι δρόμοι, δεν φταίνε οι οδηγοί. Το δεύτερο είναι ότι για τα χάλια της οικονομίας δεν φταίμε εμείς που κάναμε κάποιες ατασθαλίες, φταίνε οι αγορές και οι δανειστές. Ε και το τρίτο είναι ότι για τα χάλια της εκκλησίας, όσα μπορεί να έχει η εκκλησιαστική μας ζωή, δεν φταίμε εμείς οι χριστιανοί που είμαστε ράθυμοι ή ανεπαρκείς, φταίνε ο αντίχριστος και οι δυτικοί.

-Μάλιστα, πολύ ωραία. Είναι τρία χαρακτηριστικά παραδείγματα του ψυχολογικού μηχανισμού που ονομάζεται *προβολή* και ο οποίος είναι πανάρχαιος. Δηλαδή από την πρώτη στιγμή που ο άνθρωπος αμάρτησε, χρησιμοποίησε το μηχανισμό της προβολής. «Τι έκανες;» Λέει «παρέβην την εντολή σου». «Γιατί;». «Δεν φταίω εγώ, φταίει η γυναίκα». Η γυναίκα: «Δεν φταίω εγώ, φταίει ο διάβολος».

Υπάρχει βέβαια και ο μηχανισμός της άρνησης, «Δεν το έκανα». Αυτός είναι άλλος μηχανισμός. Ο μηχανισμός της προβολής λέει «Το έκανα αλλά δεν φταίω εγώ». Δηλαδή σαν να ισχυρίζεται «είμαι ανήλικος, είμαι ανώριμος, έχω το ακαταλόγιστο, φταίει κάποιος άλλος». Αυτό είναι μια βολική λύση για να μην έρθουμε αντιμέτωποι με την αυτογνωσία μας, στο να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, και με το επόμενο βήμα βέβαια, την αλλαγή μας, γιατί η αυτογνωσία όταν επιτευχθεί ανοίγει το δρόμο για το επόμενο βήμα. Δεν μπορεί να μείνει μετέωρη η αυτογνωσία, έτσι; Αν η αυτογνωσία μείνει μετέωρη χωρίς να ακολουθηθεί από μετάνοια, τότε περνάει ο άνθρωπος σε μία κατάσταση που είναι λίγο-πολύ δαιμονική και ο διάβολος ξέρει ότι είναι κάθαρμα, αλλά δεν προχωρεί στο επόμενο βήμα.

Λοιπόν, επειδή υπάρχει συνείδηση μέσα στον άνθρωπο, και όταν καταλάβει κάτι για τον εαυτό του τον σπρώχνει να περάσει στο επόμενο βήμα, στην μετάνοια, για να μην ξεκινήσει λοιπόν αυτή η διαδικασία

κατά την οποία θα πρέπει να αναλάβει το κόστος της μετάνοιας και της αλλαγής, τη σταματάει έγκαιρα, στο πρώτο στάδιο, μέσω της προβολής.

Και υπάρχει και ένας άλλος μηχανισμός εκτός από την προβολή. «Εντάξει το έκανα, αλλά μόνο εγώ το έκανα; Γιατί αρχίζεις από μένα; Άλλοι έχουν κάνει το ίδιο ή πολύ χειρότερα». Αυτός είναι ο μηχανισμός της εκλογίκευσης. Η εκλογίκευση είναι η δικαιολογία, δηλαδή χρησιμοποιώ ένα λογικό σύστημα εννοιών, προκειμένου να μην χρεωθώ όλο το βάρος της ενοχής, και άρα το έργο που πρέπει να ακολουθήσει μετά, που είναι η μετάνοια και η αποκατάσταση κτλ.

Αυτά είναι τρία παραδείγματα ψυχικών μηχανισμών. Και βεβαίως αυτά μπορούν να δημιουργήσουν ένα υπαρξιακό ψέμα, επειδή ο άνθρωπος μπορεί να το πιστέψει αυτό που λέει. Δεν ξέρω αν έχετε υπ' όψιν σας τι συμβαίνει με μερικούς κατηγορούμενους, κυρίως στα ποινικά αδικήματα. Τις πρώτες κρίσιμες μέρες ο συνήγορος του λέει τι απολογητικό υπόμνημα να ετοιμάσει κτλ, και φτιάχνουν ένα σκεπτικό υπεράσπισής του. Αυτό τον ακολουθεί στη συνέχεια και αναπτύσσει περισσότερο το σκεπτικό αυτό όταν έρθει η ώρα του ακροατηρίου. Υπάρχουν άνθρωποι που επειδή εξ αρχής πρέπει να φτιάξουν την υπερασπιστική γραμμή άμυνάς τους, η οποία θα περιλαμβάνει κάποια ψέματα πολλές φορές, ανακρίβειες, μέρος της αλήθειας, ή να είναι ολόκληρη ένα ψέμα, μετά από χρόνια που φτάνει να εκδικασθεί η υπόθεση, έχουν πιστέψει το ψέμα τους, δεν είναι απλώς ότι το ισχυρίζονται για να πέσουν στα μαλακά, είναι ότι το έχουν αποδεχθεί μέσα τους, το έχουν πιστέψει βαθιά και δίνουν τη μάχη για να δικαιωθούν, πιστεύοντας πια αυτό το οποίο κανένας άλλος δεν πιστεύει, μόνο οι ίδιοι. Αυτό λοιπόν, ενδέχεται λοιπόν το ψέμα να είναι κάτι εξωτερικό, δηλαδή το ψέμα να είναι κάτι που το προβάλλεις μόνο στους άλλους αλλά εσύ ξέρεις την αλήθεια, αλλά ενδέχεται να έχει αποκτήσει βάθος, ρίζες, να γίνει υπαρξιακό ψέμα όπως λέμε, δηλαδή να το έχεις πιστέψει ο ίδιος.

Εάν στα μεγάλα ζητήματα, π.χ. στα ποινικά αδικήματα, αυτό το πράγμα μπορεί να είναι λίγο πιο παθολογική διαδικασία, στα μικρά, τα καθημερινά, δηλαδή αυτά που έχουν σχέση με την προσωπικότητά μας, είναι πολύ πιο συνηθισμένο. Είναι η 'καραμέλα' μας δηλαδή, το κάνουμε πια χωρίς να το καταλαβαίνουμε. Κι έτσι ο άνθρωπος περνάει σιγά-σιγά σε μία άγνοια της ύπαρξής του, πιστεύοντας το προσωπείο που έφτιαξε για τους άλλους, για να μπορέσει να το έχει για κατανάλωση προς τους άλλους.

-Ήθελα να πω πως η αυτογνωσία είναι το πιο σημαντικό, είναι σαν να γνωρίζουμε το κύτταρό μας. Δηλαδή αν δεν ξέρουμε το κύτταρό μας δεν μπορούμε να προχωρήσουμε πάρα πέρα. Δηλαδή αν δεν ξέρουμε ένα μηχανήμα ας πούμε πως λειτουργεί, πώς θα μπορέσουμε να το πάμε πιο κει, να το λειτουργήσουμε, να το αξιοποιήσουμε. Δηλαδή για την αυτογνωσία νομίζω ότι μίλησαν από τους αρχαίους έλληνες δηλαδή όλα από εκεί ξεκινούν, από τους αρχαίους φιλοσόφους, προχώρησε ο Χριστός, μίλησαν όλοι οι μεγάλοι τέλος πάντων άντρες, μίλησε και ο Φρόντ.

-Όλοι οι σοφοί της ιστορίας έδωσαν βάρος στην αυτογνωσία.

-Και είναι το απόλυτα λογικό τελικά. Είναι βέβαια σχετικό αυτό, δεν νομίζω ότι κανείς γνωρίζει απολύτως τον εαυτό του, αλλά χωρίς κάποια αυτογνωσία πώς θα μπορέσει να καταλάβει τον άλλο, πώς θα μπορέσει να συμβιώσει και να συμπορευθεί μαζί του;

-Βλέπουμε μια άλλη διάσταση τώρα εδώ. Ότι αυτογνωσία δεν σημαίνει μόνο, όπως είπαμε πριν, ανάληψη της ευθύνης για όποια αμαρτία ή λάθος ή ατέλεια και διόρθωσή της. Τώρα προσθέτετε και την ανάπτυξη του ψυχικού δυναμικού του ανθρώπου. Δηλαδή, στο βαθμό που ο άνθρωπος δεν έχει αυτογνωσία, το ψυχικό του δυναμικό παραμένει μη ανεπτυγμένο. Και αυτό είναι κρίμα, είναι τραγικό, ότι χιλιάδες, εκατομμύρια άνθρωποι γύρω μας περνούν τη ζωή τους χωρίς να έχουν αναπτύξει όλο το ψυχικό δυναμικό τους. Δεν μιλάω για το πνευματικό επίπεδο· το να αγιασθεί κάποιος, να γίνει άγιος, αυτή είναι η κορυφαία αξιοποίηση του ψυχικού δυναμικού, έτσι; Αλλά ούτε καν και στο ψυχολογικό επίπεδο, το να μπορέσει κανείς να αναπτύξει τη προσωπικότητά του πλήρως. Όλα τα χαρίσματα, τα προτερήματα που έχει ως άνθρωπος παραμένουν εγκλωβισμένα.

-Με την αυτογνωσία κάποιος αποκτά επίγνωση τον χαρακτήρα του, του ψυχικού του κόσμου. Πώς με την αναγνώριση αυτών των πραγμάτων γίνεται και ανάπτυξη;

-Ας πάρουμε ως παράδειγμα τα πάθη μας, τις κακίες που έχουμε όλοι. Μερικά δεν θέλουμε να τα ξέρουμε, έτσι; Στο βαθμό που επικρατούν πάθη και κακίες κρυφά σ' έναν άνθρωπο, εμποδίζουν άλλες υγιείς δυνάμεις του να αναπτυχθούν. Δεν εννοούμε να αναπτυχθεί διανοητικά, δεν μιλάω για τις διανοητικές δυνατότητες· μπορεί κάποιος να γίνει κορυφαίος επιστήμονα αλλά η προσωπικότητα δεν είναι μόνο η διάνοια. Οι εμπλοκές και τα πάθη είναι σαν να προσπαθεί ένα αυτοκίνητο να προχωρήσει με τραβηγμένο χειρόφρενο. Δηλαδή δεν

μπορεί να αναπτύξει τις επιδόσεις του. Ο ψυχισμός μπλοκάρει γιατί καταναλώνει ενέργεια η οποία πάει προς τα πάθη αυτά. Και καταναλώνει άλλη ενέργεια επίσης για να κρύβεται από τους ανθρώπους και να παρουσιάζει το προσωπίο αυτό.

Έτσι λοιπόν, για παράδειγμα, ποιες θα ήταν οι μη διανοητικές δυνατότητες που δεν αξιοποιούνται; Η δυνατότητα για σχέση, το να μπορεί ο άνθρωπος να έρθει σε σχέση με τον άλλο. Ουσιαστική σχέση, να αγαπήσει, να ανοιχθεί, να μοιραστεί. Μετά η δυνατότητα για υπέρβαση και για συγχώρηση. Ακόμα και οι δυνατότητα να βάλει στόχους στη ζωή και να τους πραγματοποιεί. Έχουμε εσωτερικές συγκρούσεις οι οποίες σπαταλούν ενέργεια μέσα μας και ο άνθρωπος δεν μετακινείται μπροστά.

Αλλά επαναλαμβάνω όταν μιλάμε για δυναμικό να αξιοποιηθεί, κυριολεκτικά αυτό εφαρμόζεται και αποκαλύπτεται πλήρως στον πνευματικό τομέα. Το δυναμικό του ανθρώπου είναι να γίνει άγιος. Αυτό δεν προχωρεί όταν λείπει η αυτογνωσία. Και δεν χάλασε ο κόσμος αν δεν αναπτύξεις όλες τις κατά κόσμον δυνατότητές σου, αλλά είναι μεγάλη η ζημιά εάν δεν αγιάζεσαι. Αυτός είναι ο σκοπός για τον οποίον υπάρχουν.

-Εμένα με βοηθάει η αυτογνωσία πολλές φορές μέσα στη μέρα, σε τρόπους που αντιδρώ, σε τρόπους που εκλαμβάνω το πώς μου μιλάει ο άλλος. Μπορώ να ερμηνεύσω καλύτερα γιατί και να απεμπλακώ από δύσκολες συναισθηματικές καταστάσεις που δεν με βοηθάνε να προχωρήσω στη σχέση.

-Αυτή είναι μια άλλη διάσταση επίσης, ότι η αυτογνωσία, ότι τα συναισθήματα και οι συμπεριφορές μας αποτελούν πηγή πληροφοριών. Δηλαδή, θύμωσα με αυτό που έγινε, γιατί θύμωσα; Τι έχει να μου πει για μένα αυτό; Με πληροφορεί για ποια πράγματα του ψυχικού μου κόσμου; Θύμωσα επειδή κάποιος μου έφερε αντίρρηση; Δηλαδή έχω συνηθίσει να μην μου φέρνουν αντιρρήσεις; Θύμωσα επειδή ένα μέλος της οικογένειάς μου, δεν θέλησε να κάνει αυτό το οποίο εγώ ήθελα, κι εγώ έχω συνηθίσει να βλέπω τους άλλους ως προέκταση του εαυτού μου; Θύμωσα επειδή αυτό το οποίο ελέγθη μου θύμισε κάτι δικό μου το οποίο με ενοχλεί;

Ένας πατέρας μου έλεγε στην εξομολόγηση «έχω τρία παιδιά, αλλά με αυτό το παιδί ειδικά παραφέρομαι περισσότερο», και ερχόταν ο άνθρωπος και μετανούσε πολύ, δηλαδή στεναχωριόταν, σχεδόν έκλαιγε. «Γιατί να παραφέρομαι με το παιδί μου και να του φωνάζω και να το μαλώνω ειδικά αυτό το παιδί πιο πολύ;». Και κάποτε μετά από

καιρό, συνειδητοποίησε ότι το παιδί του αυτό εκπροσωπούσε την πλευρά που ο πατέρας δεν ήθελε να αποδεχτεί στον εαυτό του. Είχε κάποια ελαττώματα που είχε και ο πατέρας όταν ήταν παιδί. Του έμοιαζε, και επειδή είχε απορρίψει αυτή τη πλευρά του εαυτού του, τώρα το επαναλάμβανε αυτό στο πρόσωπο του παιδιού του. Λοιπόν όταν το συνειδητοποίησε ελευθερώθηκε από αυτό, αλλά μέχρι να καταλήξει στην αυτογνωσία, δημιουργούνται αμαρτίες στην πορεία. Είναι λοιπόν πηγή πληροφοριών η συμπεριφορά μας, τα συναισθήματά μας και με τον τρόπο αυτό δεν τα βλέπουμε ως αντιπάλους και εχθρούς, αλλά ως πολύτιμα στοιχεία που βοηθούν να καταλάβουμε γιατί το νοιώσαμε αυτό, γιατί σκεφτήκαμε έτσι, γιατί αντιδράσαμε έτσι.

-Αυτά λοιπόν, όσα μας είπατε, φέρνουν ενώπιόν μας το εξής ερώτημα. Τι προηγείται στην πράξη; Η γνώση του εαυτού μας ή των άλλων; Δηλαδή σε ποιο βαθμό αν προσδεύω στην αυτογνωσία με βοηθάει να γνωρίσω τους άλλους καλύτερα και σε ποιο βαθμό ισχύει το αντίστροφο. Δηλαδή να γνωρίσω τους άλλους καλύτερα θα με βοηθήσει να γνωρίσω τον εαυτό μου;

-Παραδείγματος χάριν ας δούμε την περίπτωση του γάμου. Υπάρχουν έγγαμοι άνθρωποι οι οποίοι για πολλά χρόνια δεν έχουν απαγκιστρωθεί από την αρχική εικόνα ότι γνώρισαν τον σύντροφό τους μέσω της οικογένειάς του. Τον βλέπουν ως προς τις ομοιότητες (που είναι συνήθως κακές, σπάνια ακούσ καλές) που έχει με τον πατέρα του ή τη μάνα του, με τα πεθερικά δηλαδή. «Ίδιος είσαι σ αυτό το ελάττωμα ο πατέρας σου ή η μάνα σου». Μη επιτρέποντας στον εαυτό τους να διαμορφώσουν ορθή εικόνα περί του άλλου με τον οποίον συμβιώνουν, αυτό επιδρά εις βάρος της αυτογνωσίας. Όσο βλέπω τον άλλο από μία παραμορφωτική εικόνα, δεν θέλω να τον μάθω όπως είναι πραγματικά, ελευθερωμένος από άλλες προκαταλήψεις, τόσο κι εγώ μετά θα καθυστερώ να γνωρίσω τον εαυτό μου. Γιατί βεβαίως άμα κάθε λίγο σκοντάφτω στο ότι «ναι, βέβαια, αυτά τα ελαττώματα που έμαθες στο σπίτι σου έχεις», δεν θα μάθω εγώ ποτέ τον εαυτό μου μες στο γάμο, να τον διορθώσω.

Πρέπει να ισχύει όμως και το αντίστροφο κάποιες φορές. Δηλαδή βλέποντας τους ανθρώπους να καλλιεργούνται στην ταπείνωση και στην αυτογνωσία, βλέπουν και τους άλλους με άλλα μάτια. Δηλαδή οι άνθρωποι που έκαναν μια στροφή κατά Θεόν, που εξομολογήθηκαν ταπεινά, άνοιξαν τα μάτια τους, μετά λένε «α, και τον άντρα μου, τη γυναίκα μου, το παιδί μου, τους βλέπω διαφορετικά τώρα, όχι όπως

τους έβλεπα ως τώρα». Δηλαδή νομίζω ότι υπάρχει μια αμφίδρομη σχέση μεταξύ γνώσεως του εαυτού και γνώσεως των άλλων.

-Να βάλουμε μιαν άλλη διάσταση, ότι μπορούμε να οδηγηθούμε στην αυτογνωσία μέσω του άλλου. Δηλαδή μπορεί κάποιος άνθρωπος που δεν έχει τη δυνατότητα να δει αυτά τα πάθη του, να τα δει μέσω κάποιου άλλου. Μέσω μιας σχέσης. Η σχέση είναι ένα σημαντικό στοιχείο να οδηγηθεί ένας άνθρωπος στην αυτογνωσία γιατί μπορεί να του υποδείξει και να του ανοίξει τα μάτια σε πράγματα τα οποία δεν τα έχει δει. Και αυτό είναι ένα πάρα πολύ σημαντικό στοιχείο γιατί δεν χρειάζεται δική μας μεγάλη προσπάθεια. Χρειάζεται πολλές φορές το άνοιγμα των ματιών, ο άλλος μας βλέπει πολύ καλύτερα απ' όσο βλέπουμε ίσως πολλές φορές τον εαυτό μας. Και γι αυτό το λόγο μας βοηθάει πάρα πολύ να ανοίξουμε τα μάτια μας και να δούμε κάτι το οποίο δεν θα το βλέπαμε εάν ήμασταν μόνοι μας.

-Ναι αλλά βασική προϋπόθεση είναι να θελήσουμε να ανοίξουμε.

-Συμφωνώ, αλλά και να είσαι μόνος σου και θελήσεις, αν δεν μπορείς να το δεις, αν δεν σου ανοιχτούν δηλαδή με κάποιο τρόπο είτε με σένα είτε μέσω κάποιου άλλου...

-Αυτή είναι η μεγάλη προσπάθεια. Δηλαδή το να το αντέξεις και να το δεχτείς και να προσπαθήσεις να βγάλεις κάτι καλό. Ξέρετε πότε είναι πιο δύσκολη αυτή η προσπάθεια; Όταν αυτά που σου λέει ο άλλος είναι αναμεμιγμένα και με λάθη του. Γιατί αυτό σου δίνει το άλλοθι να τα πετάξεις πίσω και να λες «με αδικείς τώρα». Δηλαδή μπορεί να λέει αλήθειες αναμεμιγμένες με λάθη. Μπορεί να μην λέει πάντα την καθαρή αλήθεια γιατί και αυτός άνθρωπος είναι και έχει τα δικά του πάθη κτλ. Οπότε εκεί είναι πολύ δύσκολο να είσαι έντιμος.

-Θα συμφωνήσω με τον κύριο σε αυτό που είπε, και θα φέρω σαν παράδειγμα ανθρώπους οι οποίοι ζουν μόνοι τους, οπότε δεν έχουν να τσακωθούν με κανέναν. Πηγαίνουν στην εκκλησία, κοινωνάνε, δεν έχουν κάποιο πρόβλημα, δεν έχουν να μοιράσουν κάτι. Και μπορεί να φαντάζονται ότι είναι και πολύ καλοί άνθρωποι, τέλειοι, επειδή δεν προκύπτουν αφορμές

Δεύτερον, ήθελα να πω ένα άλλο σημείο που θεωρώ ότι εμποδίζει την αυτογνωσία στην εποχή μας, είναι η πώς να το χαρακτηρίσω, η μαγκιά που καλλιεργείται στην εποχή μας. Δηλαδή για να είσαι μάγκας, πρέπει «να την βγαίνεις» στον άλλο, να του λες κάποια πράγματα που να θεωρείται ότι εσύ είσαι ο σπουδαίος και ο άλλος δεν είναι. Από τον

εκπαιδευτικό και εκκλησιαστικό χώρο που κινούμαι ως επί το πλείστον, έχω ακούσει τα εξής: στο μεν σχολείο συναδέλφους να λένε ότι «α, εγώ για να επιβληθώ στη τάξη, μειώνω τα παιδιά, δηλαδή είμαι είρων, οπότε δεν κουνιέται κανένα, κάθονται όλα σούζα». Γιατί εκεί ουσιαστικά αυτό είναι, να υπάρχει μια πειθαρχία μέσα στην τάξη για να μπορεί να γίνει το μάθημα κατά την εκπαιδευτική διαδικασία, ας πούμε. Λοιπόν οπότε λέει, δεν κουνιέται κανένα. Σημασία όμως έχει να είσαι ήσυχος και με την συνείδησή σου, όχι να έχεις τους άλλους σούζα.

Στον εκκλησιαστικό χώρο πολλές φορές βλέπεις ανθρώπους που είτε υπό τύπον αστείου είτε υπό τύπον σοβαρού, μειώνουν τους άλλους, τους λένε κάποια πράγματα, εκείνοι από αμηχανία ή επειδή δεν μπορούν να αντιδράσουν ή επειδή δεν το θεωρούν σωστό να αντιδράσουν, δεν απαντούν. Οπότε ο άλλος μένει με την έννοια ότι νίκησε. Υποτίθεται ότι επιβιώνουμε ενισχύοντας το εγώ μας.

-Ναι, λες και το ζητούμενο είναι η νίκη, ο ανταγωνισμός δηλαδή.

-Έχουμε κοσμική μόρφωση για να κάνουμε αυτογνωσία; Έχουμε επιστημονική μόρφωση για να κάνουμε αυτογνωσία; Χρειαζόμαστε όλοι την σύγχρονη ψυχολογία και την παλιά παράδοση για να κάνουμε αυτογνωσία; Μήπως πρέπει να γνωρίσουμε πρώτα εξ αποκαλύψεως κάποιον ο οποίος θα μας διδάξει πώς θα κάνουμε αυτογνωσία;

-Σίγουρα δεν μπορούμε να λέμε και να πιστεύουμε ότι κάναμε πνευματική πρόοδο και αγιαστήκαμε επειδή σταμάτησαν να γίνονται μερικά άσχημα που κάναμε πριν. Ή επειδή κάναμε μερικές εξωτερικές πράξεις ας πούμε, καλές κατά Θεόν. Όλα αυτά είναι πολύ ευλογημένα και δεκτά και ίσως να είναι η αρχή του πνευματικού αγώνα, αλλά δεν σημαίνουν τίποτα για τον πραγματικό άνθρωπο, διότι μέσα του παίζεται, στο βάθος, το τι πραγματικά είναι.

Μας είχε προειδοποιήσει ο απόστολος Παύλος γι' αυτό. Λέει «μπορεί να δώσω όλα μου τα υπάρχοντα στους φτωχούς, να μείνω χωρίς τίποτα, αλλά να μην έχω αγάπη!»! Πώς μπορεί να γίνει κάτι τέτοιο; Είναι μια ακραία υπερβολική έκφραση, αλλά θα μπορούσε, είναι πιθανό δηλαδή να κάνουμε ενέργειες οι οποίες υποδύονται πραγματικά τις απόλυτα χριστιανικές και ασκητικές ενέργειες κι όμως στο βάθος ο εαυτός να μην έχει αλλάξει σε τίποτα. Λοιπόν αυτό είναι ένα πολύ σημαντικό θέμα και έχει αναπτυχθεί πολλή μεγάλη φιλολογία στους νηπτικούς πατέρες κυρίως, αλλά και στην Αγία Γραφή.

Και λέει στον ψαλμό 18 «Εγώ ο δούλος του Θεού φωτίστηκα από τις εντολές του Θεού, όποιος τις τηρεί θα είναι μεγάλη η ευλογία του, ποιος συναισθάνεται τα σφάλματά του; Καθάρισέ με Κύριε από τους

κρυφούς διαλογισμούς». «Εκ των κρυφίων μου καθάρισόν με». Η μετάφραση λέει διαλογισμούς, αλλά το πρωτότυπο εννοεί τα κρυφά μου πράγματα, τα οποία δεν γνωρίζω.

Και επίσης ο ψαλμός 68 λέει το εξής. «Κύριε, την αφροσύνη μου συ έγνωσ και αι πλημμέλειάι μου από σου ουκ απεκρύβησαν». Εσύ ξέρεις την αφροσύνη μου. Χρησιμοποιεί μια λέξη χωρίς περιστροφές. Την ανοησία μου, την αφροσύνη μου, δεν έχω μυαλό. Εσύ το ξέρεις, συ το γνωρίζεις, υπονοεί ότι εγώ δεν το έχω καταλάβει ακόμα. «Και αι πλημμέλειάι μου από σου ουκ απεκρύβησαν». Δηλαδή βλέπεις όλες τις πλημμέλειες, δηλαδή όλη την ενοχή μου, όλα τα σφάλματά μου, και εκεί που εγώ δεν μπορώ να τα δω.

Λοιπόν, η μία διάσταση είναι αυτή λοιπόν, το ότι τα πράγματα παίζονται στο βάθος της ψυχής. Η δεύτερη διάσταση είναι το θέμα ποιο είναι το υποκείμενο της γνώσης. Δηλαδή ποιος γνωρίζει; Εάν πούμε ότι αποκλειστικά γνωρίζει ο άνθρωπος, τότε ανοίγει ο δρόμος για τις ανθρώπινες μεθόδους. Πολύτιμες βέβαια, πάρα πολύ σημαντικές. Καμία δεν πρέπει να υποτιμήσουμε από τις ανθρώπινες μεθόδους, να γνωρίσουμε τον εαυτό μας. Αλλά για τον πιστό υπάρχει πάνω από όλα η διάσταση, ότι ο Θεός πρώτα μας γνώρισε, πριν εμείς Τον γνωρίσουμε και πριν εμείς γνωρίσουμε τον εαυτό μας βασικά.

Επειδή ο Θεός μας γνώρισε και συνεχίζει να μας γνωρίζει τέλεια, σε τέλειο βαθμό, γι αυτό το δικό Του Πνεύμα, το Άγιο Πνεύμα είναι αυτό το οποίο θα μας βοηθήσει να γνωρίσουμε τον εαυτό μας. Θα κάνουμε ό, τι μπορούμε με τις δικές μας δυνάμεις οπωσδήποτε, όταν δρα ο Θεός δεν αχρηστεύεται ο άνθρωπος, αυτό το έχουμε ξαναπεί. Όλα είναι θεανθρώπινα στη ζωή, συνεργασία Θεού και ανθρώπου. Και το μυαλό μας θα χρησιμοποιήσουμε, δεν αχρηστεύεται το μυαλό μας. Και τα συναισθήματά μας, και οι πληροφορίες που παίρνουμε από τους άλλους και τα διαβάσματά μας και όλα, τα πάντα θα χρησιμοποιήσουμε. Αλλά σε τελευταία ανάλυση, εκείνος ο αποφασιστικός παράγοντας που θα μας βοηθήσει να γίνει το βήμα για μια ολοκληρωμένη αυτογνωσία, η οποία θα προχωρήσει μετά προς μετάνοια και αγιότητα, είναι η χάρη του Θεού. Δηλαδή ο Θεός οδηγεί τα πράγματα προς αυτογνωσία. Αυτό είναι το κρίσιμο σημείο.

Γι αυτό θα επικαλεσθούμε τη χάρη του Θεού και θα το ζητήσουμε. Και μάλιστα θα το ζητήσουμε με επιμονή και με το πνεύμα ότι «δεν γνωρίζω τον εαυτό μου και ίσως αντιστέκομαι και να τον μάθω, γι' αυτό βοήθησέ με να υπερνικήσω τις αντιστάσεις που έχω, και βοήθησέ με να μπορέσω να σηκώσω αυτό που θα δω». Είναι και αυτός ο παράγοντας. Γιατί υπάρχουν άνθρωποι, και ίσως να μας έχει συμβεί αυτό, ότι



ανοίξαμε την πόρτα ενός ακόμη δωματίου (έχει πολλά δωμάτια ο πύργος της ψυχής μας) και με αυτό που είδαμε ξανακλείσαμε την πόρτα και φύγαμε. Δεν μπορέσαμε να ασχοληθούμε καθόλου με το θέμα, και χρησιμοποιήσουμε μηχανισμούς λήθης στη συνέχεια, προβολές ή εκλογικεύσεις, για να μην ασχοληθούμε ξανά με αυτό το δωμάτιο.

Είναι έργο της χάρης του Θεού η πραγματική γνώση, σε συνεργασία με τον άνθρωπο, ο οποίος οπωσδήποτε αποδίδεται σε έναν αιματηρό αγώνα. Γι' αυτό το λόγο και η αυτογνωσία παίρνει τόσο μεγάλη αξία, που να λέει ο άγιος Ισαάκ ο Σύρος, ότι αυτός που είδε τον εαυτό του είναι ανώτερος από αυτόν που είδε αγγέλους!

Κάντε σε ένα εκκλησίασμα όπου θέλετε, πάτε σε μία ομάδα ανθρώπων της Εκκλησίας και κάντε μία δημοσκόπηση. Ρωτήστε αυτήν την ερώτηση ώστε να καταγράψετε ποσοστά, «Ποιος είναι ανώτερος ως χριστιανός; αυτός που βλέπει αγγέλους και μιλάει μαζί τους ή αυτός που ξέρει τον εαυτό του;». Και να δείτε τι ποσοστά θα βγάλετε υπέρ της πρώτης. Και ο άγιος Ισαάκ το ανατρέπει αυτό. Γιατί; Γιατί ο Θεός έχει την δύναμη να εμφανίσει αγγέλους σε οποιονδήποτε χωρίς να κουραστούμε εμείς. Άλλο αν εμφανίζονται σε ανθρώπους οι οποίοι κάνουν αγώνα αντίστοιχο για τον αγιασμό τους. Αλλά έχει την δυνατότητα ο Θεός να στείλει αγγέλους και αγίους να εμφανιστούν σε κάποιον άλλο ο οποίος δεν κουράζεται καθόλου. Η άλλη όμως αυτογνωσία, περιλαμβάνει αυτόν τον ματωμένο πολλές φορές αγώνα του ανθρώπου να συνεργαστεί με τη χάρη του Θεού και να αντέξει αυτό που βλέπει και να μετανοήσει και να εξελιχθεί προς τον αγιασμό.

-Δεν ξέρω αν είναι σωστό αυτό που άκουσα, ότι ο μεγαλύτερος εχθρός μας είναι ο εαυτός μας.

-Ναι, αλλά και ο μεγαλύτερος φίλος. Γιατί με όσες δυνάμεις έχει ο εαυτός μας, με τις υγιείς δυνάμεις θα ξεκινήσουμε τον αγώνα να αντιμετωπίσουμε την πλευρά μας που είναι ο εχθρός μας. Είμαστε διχασμένοι, δεν είμαστε ενωμένοι ως άνθρωποι. Και με τον εαυτό μας θα πολεμήσουμε τον εαυτό μας. Αλλά πρέπει να γίνει συμμαχία των υγιών δυνάμεων κατά των σκοτεινών, ιδιοτελών δυνάμεων, έτσι; Συμμαχία μαζί με τη χάρη του Θεού.

-Όπως ο άγιος Γρηγόριος ο Παλαμάς προσηύχето και έλεγε «Κύριε, φώτισόν μου το σκότος».

-Α, μάλιστα. Το σκοτάδι που είναι μέσα μου και δεν βλέπω. Έχει κι ένα ωραίο ο άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος για το σκοτάδι, το λέει για τις ανθρώπινες σχέσεις ότι, όταν έχουμε έχθρες, αντιπάθειες,

συγκρούσεις τέλος πάντων, μοιάζουμε λίγο σαν να είμαστε σε μια μάχη που γίνεται μέσα σε ομίχλη. Και χτυπάμε και τραυματίζουμε και σκοτώνουμε, χωρίς να ξέρουμε αν είναι φίλος ή εχθρός ο άλλος. Έχει μία εξαιρετική σημασία αυτό το χωρίο· είναι η ομίχλη των παθών, μέσα στην οποία τον άλλο τον εκλαμβάνεις για εχθρό, ενώ μπορεί να είναι φίλος. Τα πάθη μας εμποδίζουν την γνώση των υπολοίπων.

-Δεν ξέρω αν στην αυτογνωσία βοηθάει και ένας απολογισμός που χρειάζεται να κάνουμε συχνά, ας πούμε στο τέλος κάθε μέρας, ή.. Αλλά εδώ εγώ έχω και ένα άλλο πρόβλημα, ότι όταν καθήσω να κάνω απολογισμό βλέπω πιο πολλά τα προβλήματα παρά τα καλά!

-Αυτό όμως που είναι αλήθεια είναι ότι τα καλά που μας συμβαίνουν είναι περισσότερα από τα άσχημα που μας συμβαίνουν. Αλλά τότε, στην περίπτωση αυτή, δημιουργείται η ευχαριστιακή στάση. Ο ευχαριστιακός άνθρωπος βλέπει να του συμβαίνουν συνεχώς καλά πράγματα, ενώ τα κακά που του συμβαίνουν είναι μια λεπτομέρεια μπροστά στα καλά που του έχουν συμβεί, έτσι; Οπότε βεβαίως τότε ακριβώς ξεκινάει μία θετική σπειροειδής ανέλιξη προς το πάνω, διότι η αίσθηση του καλού που μου έχει γίνει, φέρνει ευγνωμοσύνη. Και η ευγνωμοσύνη φέρνει ακόμα μεγαλύτερο φιλότιμο για αυτογνωσία, ακόμη μεγαλύτερη ταπείνωση και μετάνοια, κι αυτό δεν τελειώνει· είναι το αντίθετο του φαύλου κύκλου, είναι ένας κύκλος θετικός ο οποίος εξελίσσεται ατερμόνως ας πούμε

-Και για το κακό που θα έρθει, κατά ένα περίεργο τρόπο, ο Θεός μας έχει φέρει πράγματα και μας έχει προετοιμάσει.

-Οι Πατέρες λένε ότι πριν συμβεί ένας πειρασμός, έχουμε ήδη πάρει την απαραίτητη χάρη για να τον αντιμετωπίσουμε. Απλώς δεν γίνεται αντιληπτή. Και αυτό συμβαίνει γιατί πρέπει εκείνη την ώρα να ενεργοποιηθούμε και να ικετεύσουμε γι αυτό και τότε την αντιλαμβανόμαστε τη χάρη.

Αν πρόκειται να είμαι συνεχώς αντιμέτωπος με μία αίσθηση αμαρτίας, όλο να βλέπω αμαρτίες και όλο να πρέπει να μετανοώ γι αυτές, είναι εύκολο κάποιιοι χαρακτήρες να ξεφύγουν προς τη μελαγχολία και τη μιζέρια. Έτσι δεν είναι; Χρειάζομαι μία ενέργεια που θα εμπνέει χαρά και αυτό το δίνει η ευχαριστιακή στάση. Δηλαδή το να συνειδητοποιώ τι έχει κάνει ο Θεός σε μένα. Αυτό είναι ένα είδος αυτογνωσίας, όχι με την έννοια ότι αναγνωρίζω, ότι βλέπω τον εαυτό μου καλύτερα, αλλά ότι γνωρίζω καλύτερα τα θαυμάσια του Θεού μέσα

στην ιστορία. Δηλαδή ο Θεός τι εργάζεται για μένα και τους ανθρώπους.

Ρωτάς πολλούς ανθρώπους που είναι πιστοί «Για ποιά πράγματα ευχαριστείς το Θεό; Ευγνωμοσύνη στο Θεό για ποια πράγματα νοιώθεις;». Και οι περισσότεροι σου λένε συγκεκριμένα πράγματα για γεγονότα της ζωής τους. Δηλαδή «Έχω ευγνωμοσύνη στο Χριστό, στην Παναγία, στον άγιο τάδε, γιατί μας βοήθησε τότε, που είχαμε αρρωστήσει, περάσαμε αυτό το δύσκολο αυτό θέμα ή το άλλο», διάφορα. Οικογενειακά και κοινωνικά προβλήματα αναφέρουν, αλλά δεν έχω ακούσει σχεδόν από κανέναν τόσα χρόνια που είμαι, δεν ξέρω αν κι εγώ το κάνω καν, το να αισθάνεται ευγνωμοσύνη γι' αυτά που ο Θεός έκανε για τη σωτηρία μας. Ότι ο Θεός έγινε άνθρωπος, ότι σταυρώθηκε, αναστήθηκε, μου χάρισε Άγιο Πνεύμα με το βάπτισμα και το χρίσμα, μου χαρίζει τη θεία Ευχαριστία δεν έχω ακούσει ευγνωμοσύνη γι αυτά. Όταν όμως δεν είσαι ευγνώμων για αυτά, δεν βρίσκεις την απαραίτητη ενέργεια να κινηθείς μπροστά, προς την αυτογνωσία.

-Με συγχωρείτε πάτερ, εμείς αυτά τα θεωρούμε δεδομένα.

-Ναι ακριβώς. Όταν αυτά τα βιώνεις όμως, τότε αυτό, σε κάνει να διψάς για αυτογνωσία, με ποια έννοια; όχι εγκυκλοπαιδικά, έτσι για να γνωρίσω τον εαυτό μου, αλλά για να προσφέρω τον εαυτό μου καθαρότερο απέναντι στο Θεό. Δηλαδή είναι κίνηση ευγνωμοσύνης, είναι το ελάχιστο που μπορώ να κάνω εγώ.

Μου έλεγε ένας φίλος κληρικός ο οποίος ταξιδεύει και στην Ευρώπη είχε μιλήσει με έναν προτεστάντη θεολόγο. Και έγινε ο εξής διάλογος. Κάτι είπε ο δικός μας για την διαρκή μετάνοια, ότι ο χριστιανός πρέπει να έχει μία διαρκή μετάνοια στη ζωή του. Και του λέει ο προτεστάντης, συγγνώμη δεν το καταλαβαίνω αυτό, δηλαδή με κουράζει αυτό το πράγμα που λες. Ωραία, έσφαλα, κάνω αμαρτίες, μετανόησα. Έκανα ό,τι έπρεπε να κάνω για να αποκαταστήσω το λάθος μου και ζήτησα συγχώρεση από το Θεό, γιατί πρέπει να μετανιώ συνέχεια γι' αυτό; Θα με πιάσει κατάθλιψη, του λέει. Έτσι χαρακτηριστικά του είπε. Ίσως θα έπρεπε να ρωτήσουμε αυτόν τον προτεστάντη, πώς τότε θα ερμήνευε τη φράση του πεντηκοστού ψαλμού, «ή άμαρτία μου ενώπιόν μου έστι διαπαντός».

Λοιπόν του απαντάει ο δικός μας κληρικός: «Άκουσε να δεις, η δική σου αντίληψη περί αμαρτίας, εμπεριέχει ένα στοιχείο νόμου. Τη βλέπεις νομικά την αμαρτία. Πράγματι στον ανθρώπινο νόμο σφάλουμε, και είτε πληρώνουμε πρόστιμο, είτε πάμε φυλακή, και το

θέμα κλείνει. Δεν μπορεί μετά να μας κυνηγάει συνεχώς η πολιτεία και η αστυνομία για αυτό που κάναμε παλιά, έκλεισε το θέμα. Λοιπόν, με τον Θεό δεν ισχύει αυτό γιατί δεν πρόκειται περί νόμου. Τι είναι λέει η διαρκής μετάνοια; Η διαρκής μετάνοια είναι η διαρκής ανακάλυψη και αυτογνωσία, πόσο άθλιος είμαι εγώ σε σύγκριση με αυτό που είναι ο Θεός, με την αγιότητά Του και με την αγάπη του Θεού προς εμένα. Και καθώς εγώ το διαπιστώνω διαρκώς αυτό και προοδεύω σ' αυτή τη γνώση, της σύγκρισης, της διαφοράς δηλαδή, από ευγνωμοσύνη μετανιώ συνεχώς όλο περισσότερο».

-Πόσο άθλιος είμαι σε σύγκριση με τις προδιαγραφές με τι οποίες με έφτιαξε;

-Ναι, με την αγιότητα του Θεού, με τις προδιαγραφές που θέλησε για μένα, και με τις δωρεές που μου έχει δώσει. Αυτά τα τρία. Και με τον τρόπο αυτό, λέει, συνεχώς μετανιώ γιατί απέχω πάρα πολύ από αυτό. Και αυτό δεν το κάνω με κατάθλιψη, το κάνω με χαρά γιατί υπάρχει ευγνωμοσύνη.

-Είπατε ότι το πόσο θα φτάσουμε στην αυτογνωσία είναι ένα στοιχείο για το οποίο δεν επαρκούν οι ανθρώπινες δυνατότητες, δεν φτάνουμε χωρίς στη χάρη του Αγίου Πνεύματος. Αυτό είναι σίγουρο. Ναι, αλλά δεν σημαίνει όμως ότι αν τα αναθέσουμε όλα στο Θεό, ο Θεός θα μας κάνει όπως πρέπει.

-Όχι, μα γι' αυτό είπαμε ότι όλα είναι θεανθρώπινα. Δεν μπορούνε να είναι ούτε μόνο θεϊκά ούτε μόνο ανθρώπινα. Αφότου ο Θεός έγινε άνθρωπος, όλα τα έργα μέσα στην Εκκλησία είναι συνεργασία Θεού και ανθρώπου.

-Ναι, να μην απαξιώσουμε την ανθρώπινη δύναμη στην πρόοδο της αυτογνωσίας.

-Ας πούμε, όταν ο ληστής στο σταυρό αναγνώρισε το Χριστό ως Υιό του Θεού εκείνη την ώρα, δεν είχε προηγηθεί μια εσωτερική μετάνοια δική του για αυτά που είχε κάνει; Δηλαδή προηγήθηκε μία δική του στοιχειώδης μετάνοια για όλα αυτά και μετά αυτό τον ώθησε στο να πει, «εσύ είσαι υιός του Θεού, μνήσθητί μου εν τη βασιλεία σου».

-Σε μια πιο πρακτική βάση, πώς μπορούμε να βοηθήσουμε σαν γονείς, σαν μεγαλύτεροι, σαν πιο ώριμοι, σαν άνθρωποι τέλος πάντων, που ας πούμε πως έχουμε καταλάβει κάποια πράγματα, να βοηθήσουμε προς αυτή την κατεύθυνση; Δηλαδή η ψυχοθεραπεία

νομίζω πως είναι μία ανθρώπινη σύγχρονη μέθοδος για να καταλάβει κάποιος άνθρωπος τον εαυτό του. Αυτό όμως προϋποθέτει πολύ χρόνο, πέρα από το ότι πρέπει να αποφασίσει πρώτα ο ίδιος ο άνθρωπος μόνος του να κάνει το πρώτο βήμα και το πιο δύσκολο κατά τη γνώμη μου, αλλά μετά θέλει πολύ χρόνο και χρήματα για να γίνει αυτό το πράγμα. Λοιπόν, με μία πρακτική βάση ας πούμε, πώς μπορούμε να πούμε και να βοηθήσουμε έναν άνθρωπο νέο ή πιο μεγάλο να καταλάβει τον εαυτό του και να προχωρήσει σ' αυτά τα βήματα;

-Σίγουρα ή ψυχοθεραπεία είναι ένας τρόπος που όπως είπες μακροχρόνιος και δαπανηρός, αλλά πράγματι για έναν αριθμό έτσι συνανθρώπων μας απέβη καθοριστική και ευεργετική. Εννοείται πως η ψυχοθεραπεία δεν είναι για όλους και δεν είναι ο κύριος τρόπος αυτογνωσίας. Κάποιους πρακτικούς τρόπους θα μπορούσαμε να αναφέρουμε που βγήκαν από αυτά που είπατε εσείς δηλαδή, να τα συνοψίσουμε.

Είναι ότι κατ' αρχήν πρώτα από όλα, να υπάρχει τέτοια πρόθεση και διάθεση. Γιατί αυτό θα φέρει προσευχή ανάλογη. Πρέπει να ξεκινήσουμε από αυτό. Να υπάρχει πνεύμα πρόθυμο για αυτογνωσία, γιατί αυτό θα φέρει την ανάλογη προσευχή και ετοιμότητα.

Δεύτερον, βοηθούν τα διαβάσματα, η μελέτη. Υπάρχουν βιβλία τα οποία σε βοηθούν να γνωρίσεις καλύτερα τον εαυτό σου. Είτε κοσμικά βιβλία ψυχολογικά είτε τα πνευματικά βιβλία τα οποία σε κάνουν να καθρεφτίζεσαι σ' αυτά τα οποία ο Χριστός έχει πει και οι άγιοι.

Μετά τρίτον, είναι οι ίδιες οι ανθρώπινες σχέσεις, η ίδια η ζωή μας η οποία μας ωριμάζει εάν εμείς το θέλουμε αυτό. Τα μηνύματα που θα πάρουμε από άλλους (αν θα πάρουμε μηνύματα, εξαρτάται, γιατί υπάρχουν και περιπτώσεις που τους έχουμε κόψει εμείς το δρόμο για να μας δώσουν μηνύματα οι γύρω από μας, δηλαδή έχουμε δώσει το μήνυμα «άσε, μην μου λες πολλά, δεν έχω διάθεση να γνωρίσω τον εαυτό μου», αν εμείς το ψάχνουμε και τα επεξεργαζόμαστε, και σε συνεργασία με τις άλλες μεθόδους που αναφέραμε, προκύπτει ωφέλεια.

Αλλά όλα αυτά που αναφέραμε, οι τρόποι αυτοί, βαθμιαία φέρνουν την αλλαγή. Δηλαδή δεν είναι κάτι που ξαφνικά γίνεται, ίσως γιατί πιο δύσκολα θα το σηκώναμε αν ξαφνικά περνάγαμε σε μία γνώση του εαυτού μας. Με το βαθμιαίο προετοιμαζόμαστε λίγο-λίγο, γινόμαστε πιο έτοιμοι να το δεχθούμε, να το αφομοιώσουμε. Έτσι;

-Πιστεύω ότι αυτό που μας βοηθάει να γνωρίσουμε τον εαυτό μας είναι να μείνουμε μόνοι μας. Να πάρουμε το αυτοκίνητο να πάμε

κάπου για δύο τρεις ώρες, τέσσερεις, και να σκεφτούμε, ή μες στο σπίτι, ας πάμε στο υπόγειο, να μην μας ενοχλούν για να μπορέσουμε να καταλάβουμε τι μας συμβαίνει.

-Α, στιγμές μόνωσης, όπου θα μπορέσουμε να ησυχάσουμε λίγο.

-Εγώ το κάνω αυτό το πράγμα. Δηλαδή τα βρίσκω με τον εαυτό μου και με έχει βοηθήσει πάρα πολύ.

-Έχει νόημα αυτό, γιατί όταν είμαστε με τους άλλους, είναι κινητοποιημένες οι άμυνες μας απέναντί τους, οι οποίες πέφτουν όταν είμαστε μόνοι μας.

-Η προσευχή επίσης.

-Οπωσδήποτε το αναφέραμε αυτό στην αρχή, πρώτο-πρώτο. Πρέπει να ζητούμε με θέρμη να μας γνωρίσει ο Θεός τον εαυτό μας.

Θα βοηθούσε επίσης και η προσπάθειά μας να απεμπλακούμε από ένα τρόπο σκέψης που είναι δύσκαμπτος και διχαστικός. Μερικοί άνθρωποι χαρακτηρίζονται από ένα τρόπο σκέψης που ταξινομεί τον κόσμο σε καλούς και κακούς. Ό, τι μπορεί να σημαίνει αυτό. Συγκριτικά, ηθικολογικά, οι καλοί εντός Εκκλησίας και οι κακοί εκτός. Πολιτικά, οι καλοί είναι στη δική μου παράταξη, οι κακοί σε άλλη. Οι καλοί είναι μέσα στα πλαίσια του σογιού μου, της οικογένειάς μου, οι κακοί είναι εκτός.

Αυτός ο διχαστικός τρόπος σκέψης μας εμποδίζει να γνωρίσουμε τον εαυτό μας, γιατί μας εμποδίζει να διαπιστώσουμε ότι ενδέχεται η προσωπικότητά μας να έχει κάποια χαρακτηριστικά από τους ανθρώπους εκείνους που αντιπαθούμε περισσότερο από όλους. Δηλαδή εμποδίζει τον δεξιό να αναγνωρίσει ότι μπορεί να έχει ορισμένα χαρακτηριστικά που έχουν οι αριστεροί τους οποίους δεν συμπαθεί. Ή ο αριστερός, ο αναρχικός, ότι έχει ορισμένα χαρακτηριστικά των άλλων.

Αυτό είναι ένας μηχανισμός που αναπτύσσουμε για να ταξινομήσουμε την πολυπλοκότητα του κόσμου, φτιάχνουμε γνωστικά σχήματα απλουστευτικά. Άλλος με επίκεντρο την πολιτική, άλλος με επίκεντρο την Εκκλησία, άλλος με επίκεντρο την οικογένεια. Φτιάχνουμε απλουστευτικά σχήματα για να μπορούμε εμείς να μπούμε στο καλό σχήμα. Γιατί άμα τα σχήματα είναι απλουστευτικά, καλοί και κακοί, θα είσαι πάντα στους καλούς. Άμα οι κατηγορίες όμως είναι 100 και δεν είναι 2, εκεί το πράγμα χάνεται, μπορεί να έχεις και αρνητικά στοιχεία.

Ας απεμπλακούμε από αυτή τη λογική η οποία έχει τη δυναμη να κάνει όλα τα υπόλοιπα να μην λειτουργούν' όση προσευχή και να κάνεις, όση σκέψη και μελέτη και να κάνεις, πρέπει να αποδειχθείς στο τέλος ότι εσύ είσαι από τη σωστή πλευρά. Δηλαδή μετά υποχρεώνεις το Θεό και όλους τους υπόλοιπους να συμφωνούν πάντα με αυτό που έχεις, μια προειλημμένη απόφαση και γνώμη. Ναι, και αυτό είναι ένα είδος εξυπνάδας, το μυαλό να κινείται πιο ευέλικτα, όχι δύσκαμπτα.

-Διάβασα πρόσφατα ότι πρέπει να αναπτύξουμε λίγο και την ειρήνη μέσα μας για να βλέπουμε και τα πράγματα και τον κόσμο γύρω μας διαφορετικά και να μην ερμηνεύουμε τα πάντα με το νόμο και με τρόπο κοσμικό. Και έτσι θα μπορέσουμε λίγο, αν ταπεινωθούμε, αν έχουμε ειρήνη μέσα μας και βλέπουμε τα πάντα γύρω μας λίγο πιο φιλικά, λίγο πιο ειρηνικά...

-Πολύ σωστά, αλλά η ειρήνη μέσα μας προϋποθέτει ότι δεν έχουμε ταμπού γύρω από το τι θα αποδειχθεί ότι είμαστε. Δηλαδή πάρτε το παράδειγμα του θύματος. Όλοι μπορεί κάποια στιγμή να είμαστε θύματα μιας κακής συμπεριφοράς άλλου. Να μας αδικήσει, να μας βλάψει. Όμως όλοι μέσα μας έχουμε την πλευρά του θύτη. Εάν σταθεροποιηθούμε πια μονίμως στην κατάσταση του θύματος, με την μνησικακία που έχει αυτό και τον διαχωρισμό τέλος πάντων, τον κακό άλλο και τον καλό εμένα, θα έρθει η ώρα, χωρίς να το καταλάβουμε, που θα φερθούμε σαν τον θύτη, ως θύτες σε κάποιους άλλους, χωρίς να το έχουμε καν καταλάβει.

Λοιπόν πρέπει να είμαστε διατεθειμένοι και πρόθυμοι να αποδεχθούμε οτιδήποτε αποδειχθεί αλήθεια για μας. Τότε θα υπάρχει ειρήνη ψυχής. Θυμόμαστε ότι ο Χριστός κατέβηκε στον Άδη, οπότε όταν μπαίνουμε στον άδη της ψυχής μας ο Χριστός είναι ήδη εκεί και δεν χρειάζεται ταραχή και πανικός γιατί ήταν στον άδη της ψυχής μας πριν εμείς κατέβουμε και τον ξέρει καλά και δεν έχει κανένα πρόβλημα. Είναι εκεί, ειρηνικός, μας περιμένει.

Ο γέροντας Σωφρόνιος λέγει ότι έχουμε μια αντεστραμμένη πυραμίδα. Ο Χριστός μπήκε στη βάση της πυραμίδας κάτω από όλον τον κόσμο. Έβαλε το Εαυτό Του κάτω από όλους τους ανθρώπους. Λοιπόν, ακολουθώντας οι μαθητές του Χριστού, όλοι μας, την οδό και το υπόδειγμα του Χριστού, αγωνίζονται όσο το δυνατόν να πορευθούν βαθύτερα προς τα κάτω, μιμούμενοι το Χριστό δηλαδή. Και λέει επίσης ότι με την μετάνοια γεννώνται οι άνθρωποι αληθινοί ενάντια στα ψέματα, οπότε κατόπιν αυτό ελκύει το Άγιο Πνεύμα, το Οποίο κατά την προσευχή που λέμε, είναι το Πνεύμα της αληθείας. Μπορεί να

αναπαυθεί το Άγιο Πνεύμα μόνο σε αληθινούς ανθρώπους. Και μετά αυτό το Άγιο Πνεύμα τους καθαρίζει από κάθε αμαρτία και κάθε αδικία.

Να ποια είναι η θετική ανάδραση. Είναι η ευγνωμοσύνη, είναι ότι καταλαβαίνω ο Θεός τι έχει κάνει για μένα, κάτι που γεννάει την ευγνωμοσύνη όταν το συνειδητοποιήσω. Ο Χριστός ως Κύριος, δημιουργός, βασιλιάς, έχει κατέβει πιο κάτω από όλους. Αυτό γεννάει ευγνωμοσύνη και με παρακινεί εμένα το κάνω. Αν εγώ δεν παρακινηθώ από ευγνωμοσύνη, η ταπείνωση είναι πολύ πιεστική. Είναι καταθλιπτική η ταπείνωση, αν δεν είναι το κίνητρο η ευγνωμοσύνη.

-Και ενοχική.

-Ναι ακριβώς. Υπάρχουν άνθρωποι που βάζουν τον εαυτό τους κάτω από όλους από ενοχή, και στην πραγματικότητα αυτό δεν είναι πνευματική πράξη. Δεν είναι αυτό που βλέπουμε εδώ.

-Πάντως εγώ νομίζω ότι πολλές φορές ο πόνος μας οδηγεί στην ταπείνωση, στη μετάνοια και μετά στην αυτογνωσία για να μπορούμε σε μια άλλη διαδικασία. Άμα είσαι ευχαριστημένος, όλα είναι καλά.

-Εξαρτάται ναι, άλλες στιγμές το ένα, άλλες το άλλο. Αλλά ο πόνος σίγουρα το ενεργεί αυτό, γιατί ο πόνος ψαλιδίζει το ναρκισσισμό μας, τις φαντασιώσεις που έχουμε για τον εαυτό μας τις ναρκισσιστικές. Εγώ το καταλαβαίνω και από τον εαυτό μου, δηλαδή τις στιγμές που σωματικά δεν νοιώθω καλά, νοιώθω κάποια συμπτώματα, κάτι με ταλαιπωρεί, όταν κρατήσει λίγο, απλώς δυσφορώ. Όταν παραταθεί και κρατήσει πολύ πλέον, είτε θέλω είτε δεν θέλω με παρακινεί να ταπεινωθώ και ψυχικά. Η σωματική δηλαδή ταπείνωση, η κακουχία, γίνεται αφορμή να ταπεινωθώ και ψυχικά. Ο πόνος είναι σπουδαίος δάσκαλος, μεγάλος δρόμος. Που δεν έχω κανένα σοβαρό πρόβλημα για πόνο, λέμε τώρα τα καθημερινά, τι να πουν άλλοι...

-Τελικά ή ωφέλεια είναι από την ταπείνωση ή από την ευγνωμοσύνη;

-Δεν χωρίζονται αυτά, δεν χωρίζονται. Για να έχεις ευγνωμοσύνη πρέπει να έχεις ταπείνωση. Αν θεωρείς ότι όλα είναι αυτονόητα και ότι τα δικαιούσαι όλα τα καλά που έχεις, αυτό είναι εγωιστικό, είναι ενάντια στην ταπείνωση, οπότε η ευγνωμοσύνη δεν θα προκύψει ποτέ.

-Σε περίπτωση που ξέρουμε ότι κάποιοι άνθρωποι, έστω πνευματικοί αδελφοί, βρίσκονται σ αυτή τη κατάσταση τη δύσκολη, που δεν μπορούν να ξεχωρίσουν κάποια πράγματα, τους καλύπτουμε



απλώς μόνο με προσευχή; Τους μιλάμε ευθέως με διακριτικό τρόπο; Ή τους αφήνουμε στο κόσμο τους;

-Προσευχή σίγουρα. Τώρα τα υπόλοιπα εξαρτώνται νομίζω από το είδος της σχέσης έχουμε μαζί τους. Αν θα γίνει δεκτό ευχαρίστως αυτό που θα πούμε ή αν θα ενοχληθούν, πρέπει εμείς να ζυγίσουμε τι είδους σχέσεις έχουμε.

-Να κλείσω με μία σκηνή που συνέβη πριν από καιρό. Ήρθαν να με δουν ένα ζευγάρι σχετικά νέων γονέων με δύο μικρά παιδιά, να ρωτήσουν κάτι για τα παιδιά τους. Είχαν αντιμετωπίσει οικονομικές δυσκολίες μεγάλες τώρα με την κρίση και ο πατέρας είπε ότι τον διακατείχε άγχος γενικά για τα οικονομικά, συνήθως οι πατεράδες αισθάνονται πιο υπεύθυνοι για τα οικονομικά της οικογένειας. Τον έφθειρε το άγχος στην καθημερινότητα και τον έκανε πιο εριστικό, ώστε έφτασε σε σημείο κάποια φορά να παραφερθεί και να χτυπήσει τη γυναίκα του.

-Ωωω, σοβαρό.

-Ναι. Δηλαδή πώς έγινε αυτό, ήταν σε ώρα που ήταν πολύ φορτωμένος με τη συζήτηση γύρω από τα οικονομικά και κάτι του είπε η γυναίκα του, μια άποψη, μια γνώμη για το πώς να τα χειριστούν τα θέματα και δεν μπόρεσε να το μεταβολίσει το άγχος αυτό το οποίο ξεχείλισε και έτσι χειροδίκησε απέναντί της. Λοιπόν το διηγείτο αυτό με πολλή συναίσθηση και ταπείνωση. Σχεδόν συντριβή. Δηλαδή έλεγε «Δεν μπορώ να αναγνωρίσω τον εαυτό μου, πώς έγινε αυτό το πράγμα. Γιατί την αγαπάω, έχουμε καλή σχέση ως τώρα, και ήτανε απαράδεκτο πώς παραφέρθηκα έτσι», μπροστά της τα έλεγε αυτά. Και η εικόνα συμπληρώθηκε με τη στάση της γυναίκας του η οποία ήρεμη τον άκουγε δίπλα και λέει: «Έφταιγα κι εγώ, τον φόρτωσα με τα οικονομικά αυτά».

Δηλαδή ήταν μια σκηνή που μπορώ να σας πω ότι με συγκίνησε. Δεν είχε καμία σχέση ούτε με τις υποκριτικές διαβεβαιώσεις αυτών που συστηματικά χτυπάνε τη γυναίκα τους και λένε «Εγώ την αγαπάω κτλ», ούτε με τα μαζοχιστικά κάποιων γυναικών που δέχονται εύκολα αυτά τα πράγματα. Ήταν ένα μοναδικό γεγονός που είχε συμβεί μόνο μια φορά, όπου αυτός το παραδεχόταν συντετριμμένος μπροστά της, και αυτή ήρεμη και με καλοσύνη έλεγε «κι εγώ έφταιγα, δεν φταις μόνο εσύ γι αυτό». Ήταν μια ωραία σκηνή που σπάνια τη βλέπεις δηλαδή στα ζευγάρια.