

LBRIS

We know
books

Arhim. Simeon Kraiopoulos

TE CUNOȘTI PE
TINE ÎNSUȚI?

Viața duhovnicească și problemele psihologice



Traducerea
Cristian Spătărelu

Editura Bizantină

CUPRINS

Prolog la ediția românească 5
Cuvânt introductiv al îngrijitorului ediției grecești 11

Capitolul I

Abordarea teologică a conflictelor interioare

Cele trei straturi ale sufletului 17
Atitudinea sufletului în fața oricărei realități 27
Suntem confuzi în ciuda strădaniilor noastre 34
„Ca și aceștia să fie una în Noi” 39

Capitolul II

Mișcarea către oameni

Atașarea de ceilalți 47
A te conforma bolnăvicios 55
Supunerea care nu eliberează 64
Iubirea ca manifestare bolnăvicioasă 74

Capitolul III

Mișcarea împotriva oamenilor

Oameni care-i consideră pe ceilalți
oameni dușmani ai lor 83

Capitolul IV

Mișcarea sau fuga departe de oameni

- Izolarea sănătoasă și izolarea bolnăvicioasă 93
- De ce se închide omul în sine în chip bolnăvicios 105
 - Departa chiar și de sinele lor 110
 - Închis într-un mod constrângător 116
 - Tipul de om care se mișcă în negare 122
- Consecințe neplăcute ale deschiderii către ceilalți 125

Capitolul V

Imaginea ideală

- Identificat cu o închipuire 133
- Imaginea ideală și mândria 140
 - Dezorganizarea omului 144
- Influențe negative ale societății contemporane 149
 - Imaginea ideală se substituie idealurilor 155
 - Imaginea ideală: Sinele nostru închipuit 161
 - Slujim unui idol? 165
 - Imaginea ideală trebuie să moară 172
 - Exteriorizarea imaginii ideale 180
 - Disprețuirea de sine 187

OMILIA I

CELE TREI STRATURI ALE SUFLETULUI

Pom încerca, cu ajutorul lui Dumnezeu, să facem o analiză în domeniu. Avem în față un lac. Apa pare liniștită și uneori se mișcă, dar nimeni nu știe ce se află în adâncul ei. Cineva antrenat, de pildă, un scafandru, se scufundă și coboară până la fundul lacului, dacă nu este prea adânc, vede ce se află jos și ne informează și pe noi. Luăm și măsuri, în funcție de informațiile pe care le primim de la scafandru.

Ne vom strădui, așadar, să facem o asemenea scufundare în adâncurile ființei noastre, să încercăm să corectăm unele stări care există înlăuntrul nostru și care nasc anomalii, nouă înșine și relațiilor pe care le avem cu ceilalți oameni.



CONȘTIENTUL, SUBCONȘTIENTUL ȘI INCONȘTIENTUL

Omul, în opinia psihologiei contemporane, este alcătuit din trei straturi: conștientul, subconștientul și inconștientul.

În conștient, omul are toate cele pe care le înțelege, le simte și le poate controla.

Mai jos de conștient este subconștientul, iar mai jos de subconștient este inconștientul. În subconștient și în inconștient există mult conținut, pe care omul nu-l cunoaște, nu-l știe.

După părerea psihologilor o zecime din om este conștient, iar nouă zecimi este subconștient și inconștient. Îngăduiți-mi să dau un exemplu, ca să putem înțelege aceasta. Închipuți-vă un pepene într-un lac. Pepenele plutește pe apă. Să considerăm că partea pepenelui care este afară din apă este o zecime, iar nouă zecimi este în apă. Acea zecime se vede, în timp ce cele nouă zecimi nu se văd.

Dacă vrem să vedem analogia în sufletul omului, doar o zecime din suflet alcătuiește conștientul. Este ceea ce vedem, ceea ce știm și controlăm. Celelalte nouă zecimi din sufletul nostru sunt necunoscute. O parte, să zicem trei zecimi, este subconștientul, care se află cu puțin mai jos de conștient, și avem o vagă idee a cele ce se întâmplă acolo. Restul, de șase zecimi, este inconștientul, un subsol întunecat pe care nu-l cunoaștem deloc. Și nu numai că ne este necunoscut. Acolo există o mulțime de tendințe lăuntrice. În adâncurile ființei noastre au loc conflicte, au loc lupte, strădanii de distrugere reciprocă, unde o tendință încearcă să o distrugă pe cealaltă.

Și toate acestea, deși nu le cunoaștem – întrucât sunt în adâncurile ființei noastre, în partea întunecată, în partea nevăzută, în ceea ce nu se observă – deși sunt nevăzute, nearătate, totuși le trăim. Ele sunt înlăuntrul

nostru, nu sunt afară din noi. Deseori, tocmai aceste lucruri ascunse ne mână și ne călăuzesc. Deseori, ele ne fac să vorbim într-un fel sau altul, să ne comportăm într-un fel sau altul, să luăm o poziție sau alta.

Am vorbit mai înainte¹ despre mamă, care, atunci când copiii scriu, nu este atentă la literele corecte, ci la cele greșite. Ea crede că procedând astfel face o treabă bună în ceasul acela. Trebuie să afirmăm că mama aceasta crede că-i este de folos fiului său, că lucrează și se luptă pentru binele lui. Așa crede, așa gândește și de aceea acționează în felul acesta. În profunzime există ceva care nu este cunoscut de ea. Dar fie că știe, fie că nu, acest lucru există și acesta o împinge să vadă literele strâmbe, în loc să le vadă pe cele bune; să vadă ortografia incorectă în loc să o vadă pe cea corectă, care există. Există ceva în adâncul sufletului său care acționează, fără ca ea să știe, și care o împinge încolo sau încoace.

În fiecare om există această parte a ființei sale, care este și cea mai mare, nevăzută, necunoscută și care-l împinge și-l impulsionează.

INIMA ESTE MAI ADÂNCĂ DECÂT ORICE

Acestea, firește, au fost spuse cu mult înainte de Sfânta Scriptură. *Inima este mai adâncă decât orice*², citim în cartea prorocului Ieremia. Adică inima omului are adâncime și oricât ar înainta omul

¹ În prima parte a întrunirii tema omiliei a fost „Părinți și copii”.

² Ieremia 17, 9: „Inima este mai adâncă decât orice; ea este omul: cine-l va cunoaște?”

spre lăuntruul său, oricât s-ar înțelege pe sine, oricât s-ar cunoaște, o parte, totuși, va rămâne necunoscută.

Îi vedem mai târziu pe Părinți făcând tot ce este cu putință să pătrundă cât mai adânc în suflet, astfel încât această parte a sufletului care este necunoscută să devină într-o zi cunoscută, să fie înrăurită, din ce în ce mai mult, de harul lui Dumnezeu, să se boteze în harul lui Dumnezeu, să se sfințească cu harul lui Dumnezeu.

De aceea, un om renăscut, un om sfânt nu este împins și impulsionat de stările interioare de care nu este conștient. Este împins și impulsionat, ar spune cineva, totdeauna în deplină cunoștință. Adică știe ce face, știe ce cere. În ultimă analiză este împins și impulsionat de harul lui Dumnezeu, care l-a pătruns până în adâncimile ființei lui, care i-a udat sufletul până în profunzimi.



FREUD, JUNG, ADLER, HORNEY

După cum știți, până acum câteva zeci de ani, inconștientul și subconștientul despre care vorbeam mai sus erau necunoscute științei și psihologiei. Însă pentru Părinții Bisericii nu erau necunoscute, după cum nu erau necunoscute nici pentru Sfânta Scriptură. Părinții au spus tot ce era de spus pe această temă și au făcut ce era de făcut și s-au sfințit. Dar știința – psihologia, pedagogia – neglija această realitate a inconștientului și a subconștientului.

Cu câteva zeci de ani în urmă au apărut câțiva mari psihologi care s-au ocupat îndeosebi cu strădania de a

pătrunde mai adânc înlăuntrul omului și de a explica anumite reacții ale acestuia: de ce un lucru se întâmplă așa sau nu altfel!? De ce omul acționează într-un anume fel sau de ce acționează altfel? De ce se comportă într-un anume fel și nu înțelege că ceea ce face este incorect? De ce este determinat și impulsivat spre un anume comportament, deși poate nu îl înțelege?

În vreme ce, așa cum am spus, Sfinții Părinți cunoșteau toate acestea, descoperirea de către știință a subconștientului și inconștientului s-a întâmplat numai cu câțva timp în urmă. Atunci a început să se vorbească despre psihanaliză, despre care s-au spus multe și care este aplicată astăzi în toate statele europene. Există și în țara noastră (Grecia, n.tr.) câțiva specialiști în psihanaliză. Acești specialiști se străduiesc, prin metoda psihanalizei, să-i ajute pe oamenii care suferă, care sunt bolnavi.

Ce trebuie spus este că, orice ar face omul, dacă o face fără Dumnezeu, binele pe care-l face nu este atât de eficient, pe cât ar fi putut fi dacă s-ar fi făcut cu ajutorul lui Dumnezeu. Deseori, în loc să provoace binele, provoacă răul.

Acești mari psihologi au început apoi să aibă păreri diferite. Adică, într-un fel vedea lucrurile Freud, în alt fel Adler, în alt fel Jung și în alt fel ucenicii acestora. Și Adler și Jung au fost ucenicii lui Freud. Mai întâi primul, care a spus toate ciudățeniile, a spus și lucruri corecte. Dar a spus și multe greșite, blasfemiatoare și păcătoase.

Adler și Jung, care au fost ucenicii lui Freud, și-au dat repede seama că profesorul lor nu este pe calea cea bună și l-au părăsit amândoi. Adler a urmat linia proprie

și a trasat un alt drum în legătură cu aceste probleme psihologice. Iar Jung a urmat linia lui și a înaintat, poate mai mult decât ceilalți doi, și a spus mai multe bune, dar și acesta s-a abătut de la drumul drept.

Să avem în vedere că ne putem abate de la calea cea dreaptă, că putem greși chiar și atunci când facem cele mai cuvioase lucruri. Nu doar cei care se ocupă cu știința și fac experimente sau cercetări sunt expuși greșelilor, ci și noi, creștini, și chiar atunci când ne ocupăm cu lucruri sfinte, duhovnicești. Trebuie să fim conștienți că, oameni fiind, putem greși, ne putem amăgi.

Deși suntem mulți cei care aveam lucruri care ne interesau și ne-am străduit să facem ceva, în cele din urmă am eșuat, ne-am abătut și n-am început să facem ceva. Motivul este că fiecare dintre noi crede că ceea ce face el este perfect și că toți trebuie să urmeze și să îmbrățișeze acel ceva.

O lucrare, oricare ar fi ea, de vreme ce este făcută de oamenii, oricât ar avea și harul lui Dumnezeu, are pecete omenească. Dacă noi credem că pecetea omenească este pecete dumnezeiască, lucrarea încetează de aici încolo să mai fie lucrare duhovnicească și în loc să facă bine, va face rău.

Prin urmare, dacă cei care se ocupă cu lucruri dumnezeiești pot devia de la calea cea dreaptă, ca niște oameni ce sunt, cu cât mai mult aceștia, psihologii! Au deviat, așadar, Freud, Adler, chiar și Jung.

Îmi aduc aminte că, atunci când am citit opiniile lui Jung pe aceste teme, câteva poziții ale lui nu m-au mulțumit. Adică unele poziții ale lui nu se potrivesc cu

cea ce spun Părinții, cu ceea ce spune Sfânta Scriptură, cu ceea ce presupune întregul duh al creștinismului.

Cu ceva vreme înainte mi-a căzut în mână cartea pe care a scris-o o femeie psihiatru și psihanalist, pe nume Karen Horney. A fost un psiholog foarte mare și însemnat și a adus mari servicii psihiatriei. A fost ucenica lui Freud. M-a impresionat faptul că nu acceptă cele spuse de Freud, adică principalele lui poziții, care au făcut atâta rău lumii și psihologiei însăși. De asemenea, m-a impresionat și ceea ce nota despre Jung. „Iar Jung – scrie ea – în punctul acesta spune asta, dar nu sunt de acord și poate este mai corect să spunem așa”, după care notează poziția ei.

Nu era de acord cu anumite opinii ale lui Jung, considerat om religios – era protestant –, care spune că oamenii, în loc să se ducă la psihiatri, ar fi mai bine să se ducă la preoți, la duhovnici. Dar pentru că preoții nu sunt pregătiți, zice el, oamenii se refugiază la psihiatri.

Anumite opinii ale lui Jung nici pe mine nu m-au mulțumit. Mă mulțumește mai mult poziția lui Karen Horney, decât cea a lui Jung, care mi-a lăsat câteva semne de întrebare.



DATELE PSIHOLOGIEI VĂZUTE ÎN DUHUL PĂRINȚILOR

Deoarece noi nu am făcut studii speciale de psihologie, nu putem crea școala noastră, metoda noastră ca să ne spunem opiniile. Vom lua din cele spuse de acești specialiști lucrurile bune, corecte. Le vom lua așa cum ia cineva elemente ale medicinei.

Unele lucruri, din cele spuse de psihologie și psihiatrie, sunt cele spuse de medicină, în general. Medicii fac anumite experimente, studiază bolile care apar la pacienții lor și ajung la anumite concluzii și spun: „Pentru ca această durere să treacă, trebuie să iei, de pildă, aspirină. Pentru ca această boală să se vindece, trebuie să faci operație. Când te doare aici, răutatea nu este aici, ci în stomac”. Iar noi, de vreme ce aceștia au studiat și le-au învățat și le cunosc, trebuie să le acceptăm. Cu singura diferență că pe toate acestea noi le vom privi în duhul Evangheliei, în duhul Părinților, în general, în duhul creștinismului, în duhul revelației.

Așa și aici. Psihologia, astăzi, după cercetări, după strădani, a făcut unele descoperiri, unele observații, a tras unele concluzii. Pe acestea Părinții le știau pe altă cale și în alt mod. Nu este îngăduit – cel puțin aceasta este umila mea părere, nu știu dacă mai târziu o voi schimba – să le ștergem dintr-o trăsătură de condei și să spunem: „Lasă-i, să zică aceștia ce vor”, dacă în anumite probleme ne pot ajuta.

Nu putem spune că medicul nu ne poate ajuta. Chiar și un ascet, care poate fi cel mai mare sfânt, dacă-l doare stomacul, va îndura, va face răbdare, dar, dacă vede că nu-l vindecă Dumnezeu, se va duce la medic.

Avem în vedere pe cei mai sfinți oameni din Sfântul Munte, care vin la Tesalonic și fac operații și stau internați, pentru a se vindeca. Ar fi putut să-i vindece Dumnezeu, dar este ca și când ar zice: „De vreme ce există o cale să te vindece medicii, mergi acolo să te vindece; eu nu te vindec”.

Așa se întâmplă deci și în cazul de față, de vreme ce astăzi există boli care au legătură cu psihologia, care au legătură cu cercetările psihologiei, și de vreme ce avem elementele cunoscute ale acestor cercetări, avem elemente ale acestor descoperiri, să zic așa, de ce să nu le folosim? Nu ne este îngăduit să le ștergem pe toate acestea dintr-o trăsătură de condei și să spunem: „Noi nu le acceptăm!”

Cu singura deosebire că pe toate acestea le vom privi îndeosebi prin duhul Părinților, al Părinților niptici, care ne ajută foarte mult. Părinții au văzut acestea pe altă cale, le-au înțeles, le-au înfruntat, le-au biruit, le-au depășit și s-au sfințit.

Astăzi vine știința și le descoperă prin alte mijloace. Însă greșeala științei este că le vede numai și numai științific și, în loc ca acești specialiști ai științei să-i ajute pe oamenii care alegă la ei, de multe ori le fac mai mult rău.

Atunci când aceste descoperiri sunt utilizate de cineva în duhul lui Hristos, în duhul Evangheliei și al Părinților, sunt de folos și ne ajută foarte mult.

CU SCOPUL DE A TRĂI ADEVĂRAT

Vreau prin toate acestea să spun că, ajutându-ne de elementele psihologiei, ajutându-ne și de duhul Părinților, vom încerca să intrăm puțin mai adânc în sinele nostru și să ne cunoaștem pe noi înșine, vom încerca să înotăm adânc înlăuntrul nostru.

Și știți ceva? Ne vom izbăvi de multe rele. Adică, dacă Dumnezeu ne ajută să prindem acești peștișori care

