

Prof. Dr. Dmitri Avdeev

**NERVOZITATEA**  
**cauze, manifestări,**  
**remedii duhovnicești**

*ediția a patra*

Traducere din limba rusă  
Adrian Tănăsescu-Vlas

editura  
**Σοφία**

București

## NATURA DUHOVNICEASCĂ A PROBLEMELOR „NERVOASE”

„Pe fond nervos” – această expresie a devenit aproape proverbială. O auzim peste tot: acasă și la serviciu, pe stradă și în mijloacele de transport – într-un cuvânt, pretutindeni.

Potrivit unei afirmații a experților Organizației Mondiale a Sănătății, 45% dintre toate îmbolnăvirile sunt legate de stresuri, iar unii specialiști presupun că acest procent este în realitate de două ori mai mare. Potrivit altor date medicale, o jumătate dintre cei care se prezintă la consult în policlinici sunt oameni practic sănătoși, dar care suferă totuși acțiunea supraîncărcărilor psihoemoționale.

Specialiștii în situații extreme și medicii știu faptul că ulcerele gastrice „se deschid” și se cicatrizează în dependență de fluctuațiile curbei stresului psihoemoțional. Curba tensiunii arteriale este supusă aceleiași legități.

Cum poate fi recunoscut stresul emoțional și influența lui asupra organismului uman? Iată câteva trăsături caracteristice pentru el: oboseală prelungită și fără o cauză evidentă, care nu

trece după odihnă; dureri de cap, tulburări digestive, dureri de coloană, insomnie; îndeplinirea sarcinilor zilnice ia mult mai mult timp decât înainte.

Un procent imens al bolilor somatice (trupești) se dezvoltă ca rezultat al supraîncordării nervoase de durată.

Ce mai „crește” pe acest teren (nervos)? Din păcate, nimic bun: certuri, conflicte, divorțuri... În ultimii ani se vorbește din ce în ce mai des despre sindromul de oboseală cronică și insomnia, depresia, apatia și indiferența față de toate care îl acompaniază. O jumătate bună, ba chiar mai mult, din structura bolilor studiate de către psihiatrie sunt stări „de graniță” (care apar pe fond nervos). Apariția lor este legată de conflicte, neplăceri ș.a.m.d.

Despre faptul că, pe măsură ce crește în suflet nervozitatea, crește și păcătoșenia nu este greu să ne dăm seama.

Din scrierile patristice vedem adeseori că este neapărată nevoie de păstrarea păcii sufletești. „Dobândește duh împăcat și mii de oameni se vor mântui lângă tine”, spunea marele stareț, Cuviosul Serafim de Sarov. Cuviosul Alexie, care s-a nevoit în „pustia” Zosimova, scria: „Nu vă doresc nici bogăție, nici slavă, nici succes, nici măcar sănătate, ci numai pace sufletească. Acesta este lucrul cel mai de seamă. Dacă veți avea pace, veți fi fericiți”.

În „Bazele concepției sociale a Bisericii Ortodoxe Ruse”, adoptate la Sinodul Arhieresc Jubiliar (Moscova, 13-16 august 2000), se spune printre altele: *„Biserica privește bolile psihice ca pe una dintre manifestările vătămării generale a fiirii omenești de către păcat. Făcând deosebire în structura personalității între nivelurile duhovnicesc, sufletesc și trupesc ale organizării acesteia, Sfinții Părinți distingeau bolile dezvoltate «din fire» de cele provocate de lucrarea demonică sau patimile care l-au înrobît pe om”*.

Așadar, bolile sufletești pot fi legate de factori naturali-biologici sau de stăpânirea sufletului de către duhurile rele. Există totodată un mare grup de tulburări psihice, cunoscut în practica clinică sub numele de „patologie de graniță” (funcțională, adică patologie psihică, care este în principiu reversibilă)<sup>1</sup>. Din această grupă fac parte nevrozele, stările nevrotice, unele tipuri de tulburări depresive, forme dobândite de psihopatie ș.a. Suferințele acestor oameni provin în bună parte din structura lor personal-caracterologică, structură care, în opinia mea, este condiționată de cauze duhovnicești.

Tulburările neuropsihice de graniță, între care un loc însemnat este deținut de nevroze, ocupă

---

<sup>1</sup> Atragem atenția asupra faptului că terminologia școlii ruse de psihiatrie diferă, pe alocuri substanțial, de cea uzitată în țara noastră. Totuși, nu am operat modificări decât acolo unde ni s-a părut că nevoia de claritate o impune (*n. tr.*).

temeinic poziția de lider în vastul grup al bolilor psihice. Potrivit datelor Organizației Mondiale a Sănătății, în jur de 10% din populația țărilor industrializate suferă de nevroze și în ultimii 65 de ani numărul celor afectați a crescut de 24 de ori. Morbiditatea prin nevroze în Rusia este de 20-25 de cazuri la mia de oameni. Acestea sunt doar datele oficiale, ce reprezintă probabil numai partea de deasupra a aisbergului.

Nevrozele, ca o epidemie, se răspândesc pretutindeni. Se știe că între 30 și 65% dintre pacienții medicilor generaliști sunt oameni cu o simptomatologie nevrotică manifestă. În mediul specialiștilor care studiază această patologie circulă această glumă tristă: în locul întrebării: „Suferă omul de nevroză?” trebuie pusă aceasta: „De care formă de nevroză suferă?”

În ultimul deceniu problemele legate de proveniența nevrozelor au început să fie supuse unei revizuirii active. Punctul de vedere care consideră această boală o ușoară disfuncție psihică suferă modificări substanțiale. Principiul conform căruia nevrozele sunt afecțiuni funcționale (ușor reversibile) nu este confirmat de practica clinică contemporană. Potrivit datelor publicate, însănătoșirea în cazul nevrozelor are loc la mai puțin de 40-50% dintre bolnavi. S-a stabilit că în primii trei ani de boală se însănătoșesc numai 10% dintre bolnavi. Suferințele se prelungesc adesea ani de zile și chiar decenii.

Conform definiției adoptate în Rusia, nevroza este o tulburare neuropsihică psihogenă (apărută pe fond nervos), care se formează ca rezultat al perturbării unor relații de viață deosebit de importante ale omului. Mai pe înțeles, nevroza se dezvoltă atunci când, în virtutea unor diverse împrejurări, omul nu poate găsi o ieșire adecvată dintr-o situație complexă, nu poate rezolva o situație psihologic semnificativă ori suporta o tragedie. Simptomele crizei nevrotice sunt binecunoscute: proastă dispoziție, irascibilitate, insomnie, senzație de disconfort lăuntric, moleșeală, apatie, scăderea poftei de mâncare. Pot apărea obsesii, crize de agresivitate ș.a. Toată această simptomatologie este însoțită de indispoziție generală, senzații fizice neplăcute, tulburări vegetative. La modul general, manifestările nevrozelor pot fi prinse în expresia: „pierdere persistentă a păcii sufletești”. Omul suferind de nevroză își păstrează judecata limpede, este împovărat de starea sa, dar nu se poate ține în frâu.

Există, totodată, și stări care din punct de vedere clinic amintesc de nevroze, dar se dezvoltă conform unui alt mecanism. Ele sunt definite ca stări nevrotice și apar în numeroase boli somatice, procese infecțioase, în ateroscleroza cerebrală și în alte procese patologice. Pe lângă asta, tabloul clinic al stării nevrotice poate fi deseori întâlnit la oameni cu deficiențe de caracter sau lipsuri esențiale în educație.

Termenul de „nevroză” s-a încetățenit treptat în viața noastră și este necunoscut poate doar copiilor. Sunt distinse nevroze de școală și de pension, nevroze de succes și de singurătate, somatogene și ecologice, precum și multe alte varietăți ale acestei boli. Un grup aparte este alcătuit de așa-numitele nevroze noogene, legate de pierderea sau lipsa sensului vieții, de conflictele de valori. Există date potrivit cărora fiecare al cincilea caz nevrotic are o bază noogenă, iar în realitate se pare că aproape fiecare nevroză are rădăcini duhovnicești..., dar despre asta vom vorbi la locul respectiv.

Pentru întâia dată conceptul de „nevroză” a fost propus în anul 1776 de către medicul scoțian Cullen, și de atunci discuțiile despre esența acestei boli, despre rădăcinile apariției și mecanismele formării ei n-au încetat a fi la ordinea zilei. Firește, aceasta nu înseamnă că înainte de Cullen nevrozele nu existau; apariția lor, ca și apariția bolilor în general, a avut loc ca urmare a căderii lui Adam. Descrieri ale nevrozelor se întâlnesc încă din cele mai vechi izvoare scrise ale omenirii. Astfel, în papyrusul Cahoon (circa 1900 î.Hr.) și Ebers (circa 1700 î.Hr.) sunt conținute date despre stări morbide întâlnite la femei, care amintesc îndeaproape de tabloul clinic al nevrozei isterice.

În ziua de astăzi este greu de găsit un concept medical care să fie tratat de către diverse-

le școli științifice într-un mod mai divers și chiar contradictoriu. Reacțiile nevrotice, care pot apărea la om în urma unor puternice șocuri, conflicte, boli somatice sau eșecuri, sunt foarte diverse. Simptomele lor se mulează pe personalitatea omului, pe particularitățile caracterului acestuia – de unde și polarizarea punctelor de vedere în această problemă.

De altfel, în focarul discuțiilor științifice se află nu doar problemele sistematizării nevrozelor, ci și însăși existența acestora ca formă nosologică (de boală). Punctul de vedere extremist al câtorva psihiatri sună cam așa: nevroza este un comportament normal într-o societate anormală.

Alte păreri cu privire la cauzele nevrozelor pot fi reprezentate astfel: disfuncție cerebrală; refulare în subconștient a unui conflict interior; poziții rigide și mod dogmatic de gândire; incapacitatea omului de a prevedea conflictul și de a se pregăti pentru el; stereotipii incorecte de comportament; nesatisfacerea necesităților de autoactualizare ș.a.m.d.

Unii cercetători leagă sursele nevrozelor de particularitățile gândirii omului, alții de patologia emoțiilor, unii de perturbarea procesului de autocunoaștere, alții de imaturitatea și infantilismul psihologic. Există și autori înclinați să creadă că nevroza este o boală ereditară.

Iată însă și un alt punct de vedere: M. M. Hananașvili vorbește despre nevroză ca despre o

boală pe care o provoacă excesul de informație. În cartea sa *Nevrozele informaționale* el dă următoarele confirmări ale vederilor sale: „...s-a calculat că în anul 1970, în țările dezvoltate din punct de vedere economic, fiecare om a efectuat în decurs de un an călătorii la distanțe mari, s-a întâlnit cu un mare număr de oameni, a primit mai multă informație decât a făcut-o omul anului 1900 de-a lungul întregii sale vieți... Aproximativ 25% din populația globului pământesc este supusă influenței supraîncărcărilor informaționale aflate într-o creștere abruptă...” Acest cercetător vede riscul dezvoltării nevrozei în îndeplinirea pe durată lungă a unui mare volum de sarcini în condițiile deficitului de timp și unui înalt nivel motivațional. Dimpotrivă, academiciantul P.V. Simonov caracterizează nevroza drept boală a insuficienței informaționale. Astfel, după părerea acestui savant, ale cărui afirmații par la fel de întemeiate și de logice, mânia, de exemplu, compensează insuficiența informațiilor indispensabile pentru organizarea apărării, anxietatea – insuficiența informațiilor pentru organizarea apărării, depresia apare în condițiile unui deficit foarte acut al informațiilor despre posibilitatea compensării pierderii ș.a.m.d.

Potrivit părerii câtorva autori, nevroticii suferă din pricina incapacității de a iubi. Trebuie subliniat faptul că fiecare orientare științifică a devenit consistentă în ochii colegilor numai

atunci când reprezentanții ei au reușit să își prezinte în mod argumentat și inovator concepțiile în problema nevrozei.

Așadar, puncte de vedere sunt multe, dar nu există limpezime: știința s-a încurcat. După părerea noastră, asta s-a întâmplat fiindcă patologia nevrotică are o bază duhovnicească, despre care în psihiatria rusă nu s-a amintit de-a lungul ultimelor decenii. Creșterea de nestăvilit a incidenței nevrozelor în secolul XX este pricinuită nu doar de stresuri și de progresul tehnico-științific cu suprasarcinile lui informaționale (lucru arătat nu o dată de cercetători), ci în primul rând de „progresul” căderii în păcat a omenirii.

În toate epocile istoriei omenirii au existat războaie, felurite calamități naturale, inundații, secete, uragane – și este greu de comparat în ce măsură sunt mai tulburi vremurile de acum decât, să zicem, epoca domniei lui Ivan cel Groaznic. De ce însă problema nevrozelor a devenit atât de acută tocmai în ultimul timp? Credem că pricina este una singură: creșterea necredinței, pierderea fundamentului duhovnicesc al omului și totodată a sensului adevărat al vieții.

Se dovedește că în producerea nevrozelor principalul loc îl ocupă nu stresurile și neplăcerile, ci personalitatea omului – și anume personalitatea dezorganizată lăuntric.

Păcatul, fiind rădăcina a tot răul, atrage după sine tulburări nevrotice. Săvârșindu-se în

adâncul duhului omenesc, el stârnește patimile, dezorganizează voința, scoate de sub controlul conștiinței emoțiile și imaginația. După spusele sfântului Teofan Zăvorâtul, „lumea lăuntrică a omului păcătos este plină de samavolnicie, neorânduială și distrugere”. Nevroza profundă este indiciu al lipsei de sănătate morală, al descompunerii sufletești-duhovnicești.

Sfântul Teofan Zăvorâtul arată și că „legătura firească dintre părțile alcătuitoare ale omului trebuie să urmeze legii supunerii celui mai mic față de cel mai mare, a celui mai slab față de cel mai puternic; trupul trebuie să se supună sufletului, sufletul duhului, iar duhul, potrivit firii sale, trebuie să fie cufundat în Dumnezeu. În Dumnezeu trebuie să petreacă omul cu toată ființa și conștiința sa. Iar puterea duhului asupra sufletului depinde de Dumnezeirea Care este împreună cu el, puterea sufletului asupra trupului – de duhul ce stăpânește sufletul. După căderea de la Dumnezeu a avut loc, și era firesc să aibă loc, tulburare în toată alcătuirea omului: duhul, despărțindu-se de Dumnezeu, a pierdut puterea sa și s-a supus sufletului; sufletul, nefiind înălțat de duh, s-a supus trupului”.

Profesorul D. E. Melehov presupune că la baza multor tulburări psihice stă lipsa de smerenie. În acest sens, nevroza nu reprezintă o excepție. Este îndeobște recunoscut faptul că această maladie se dezvoltă sub forma conflictului cu si-

ne (intrapsihic) sau cu alți oameni (interpsihic). Nevroza este ciocnirea dintre dorință și realitate. Cu cât este mai puternică această ciocnire, cu atât este mai acută boala. „Iar credința este smerenie”, spune sfântul Varsanufie cel Mare.

În timpul consultației, o pacientă afectată de una dintre formele de nevroză îmi repeta cu emoție, iarăși și iarăși: „Domnule doctor, am obosit să mai fiu bolnavă și vreau să mă vindec cu orice preț. De altfel, nu înțeleg despre ce ciocnire între dorință și realitate vorbiți”. La aceste cuvinte ale pacientei am răspuns ceva de genul: „Domnul știe de necazul dumneavoastră și, dacă nu Se grăbește să schimbe situația, înseamnă că deocamdată nu este voia Lui cea sfântă să vă vindece așa, dintr-o dată. De pildă, când sfinților li se întâmplau boli sau alte necazuri, mulțumeau pentru asta lui Dumnezeu și spuneau: „După păcatele mele primesc”. Iar dumneavoastră: „Vreau vindecare cu orice preț”. Tocmai aici este ciocnirea între dorință și realitate. Firește, se poate și trebuie să vă vindecați, dar este foarte important să vă smeriți, împăcându-vă cu boala ce v-a lovit, socotindu-vă vrednică de ea și primind-o cu recunoștință. Domnul nu uită de noi și nu ne va lăsa să suferim mai presus de puterile noastre. De asta ne încredințează și sfântul apostol Pavel: *Credincios este Dumnezeu, Care nu vă va lăsa să fiți ispitiți mai mult decât puteți*. Ca atare, liniștiți-vă și nu deznădăjduiți! Nevro-

za este o boală duhovnicească. Smeriți-vă și va trece totul”.

Despre bucuria pe care o aduce omului smerenia citim în *Viața* sfântului Ignatie (Briancianinov): „Ascultarea fără cârtire și adâncă smerenie deosebeau purtarea ascultătorului (fratelui) Briancianinov în mănăstire. Prima ascultare i s-a dat pe lângă bucătărie. Bucătar era un fost iobag al lui Alexandru Semionovici Briancianinov (tatăl sfântului). Chiar în prima zi s-a întâmplat să fie nevoie de mers în hambar după făină. Bucătarul i-a zis: „Hai, frate, să mergem după făină!” și i-a aruncat un sac de făină, așa încât l-a acoperit cu pulbere albă din cap până în picioare. Proaspătul ascultător a luat sacul și a ieșit. În hambar, desfăcând cu amândouă mâinile gura sacului și pe deasupra ținând-o, la porunca bucătarului, și cu dinții ca să poată fi turnată mai ușor în el făina, Ignatie a simțit în inima sa o nouă și neobișnuită mișcare duhovnicească, pe care n-o mai încercase niciodată: propria purtare smerită, deplina uitare a eului propriu l-au desfătat atunci în așa măsură, că întâmplarea i-a rămas în aducerea-aminte pentru întreaga viață”.

Majoritatea cercetătorilor contemporani sunt de acord că nevroza este o boală a personalității. Omul se îmbolnăvește de nevroză nu dintr-o dată: această boală cunoaște o perioadă de preludiviu. Poate fi descris un portret *sui generis* al „potențialului” nevrotic – mai bine zis o galerie în-

treagă de tipuri, dintre care fiecare este înclinat spre trecerea de la puterile maladive potențiale, ascunse, la unele reale. Una dintre caracteristicile oamenilor de acest fel e stilul de gândire, ce poartă caracterul lipsei de compromis; în aprecierile pe care ei le fac se vede un caracter categoric manifest; multe dintre lucrurile care se întâmplă nu au în ochii lor nuanțe, ci apar „bicolore”: alb-negru, bine-rău. Nevroza apare cel mai des ca urmare a unor procese lăuntrice ale personalității. Factorii provocatori și împrejurările provocatoare din exterior reprezintă doar ultima picătură, „trăgaciul” dezvoltării tulburărilor nevrotice. La omul înclinat spre această boală este elaborată o „capacitate” aparte de a reacționa nervos la viață. Unele cauze de frământare sufletească (conflicte, stresuri) dispar cu timpul, devin inactuale, dar în scurt timp locul lor este luat de altele și boala este reactivată.

În ce privește evoluția bolii se disting reacția nevrotică, nevroza acută, nevroza cronică și nevroză evolutivă. Schema propusă ne permite să privim și să analizăm posibilitatea transformării unui tip de evoluție în altul (reacție-nevroză-evoluție). Bolnavii cu diagnosticul „nevroză evolutivă” sunt practic inapți de muncă și deseori primesc grade de invaliditate.

Nevrozele sunt numite pe bună dreptate „formă avansată a patimilor” (este vorba de patimi în sensul patristic al cuvântului, ca „așezări” sau