

Dmitri Avdeev este un psihiatru, psihoterapeut și psiholog rus de notorietate. Autor al mai multor cărți, cum ar fi: *Ortodoxia și medicina; Nervozitatea: cauzele spirituale și manifestările acesteia; Bolile psihologice: o abordare ortodoxă; Cum să păstrezi sănătatea sufletească a copilului și a adolescentului; Studii despre psihoterapia ortodoxă; Întristarea și depresia: o abordare ortodoxă; Gândurile unui medic ortodox ș.a.*, Dmitri Avdeev este binecunoscut cititorilor români, lucrările sale fiind publicate de Editura Sophia din București.

Ioana Besedina este jurnalistă ortodoxă. Redactează rubrica „Psihologia ortodoxă” din revista moscovită „Sănătatea femeii”.

PROF. DR. DMITRI AVDEEV
IOANA BESEDINA

Femeia și problemele ei

perspectiva psihiatrului ortodox

ediția a patra

Traducere din limba rusă:
Eugeniu Rogoti și
Adrian Tănăsescu-Vlas

editura
Σοφία

București

Cuprins

RĂSPUNSURI LA SCRISORI

Pocăința	7
Paradoxurile concubinajului	10
Despre relațiile dintre soți	17
Carierea	21
Fă binele.	26
Criza vârstei mijlocii	32
Vârsta deosebită a femeii	34
Cum să ne întărim familia?	36
Singurătatea în căsnicie	41
Gânduri despre dragoste	48

DIN PRACTICA

PSIHOTERAPEUTULUI ORTODOX

Pierderea	55
Puterea rugăciunii mamei.	58
Fică și mamă	62
„Când avem ceva, nu păstrăm și pe urmă plângem după ce pierdem”	64

Formula fericirii familiale	66
Kilogramele în plus	67
Prin credință trăiește omul	72

DESPRE COPII

Copiii între frică și ispită.	79
Jucăria și funcțiile acesteia	82
Teleeducații	85
Problemele micilor genii	88
Dumnezeu este acolo unde e dragoste	94

CU NUMELE LUI DUMNEZEU – TOTUL PENTRU OAMENI

Despre jertfelnicia și milostivirea feminină .	101
Părintele Daniil este mereu cu noi.	110
Oul zgârceniei (povestire).	116
În loc de concluzii	121

Pocăința

„De ce am nevoie de pocăință, dacă sunt o femeie sănătoasă, frumoasă și de succes? Doar nu am furat sau ucis pe cineva și trăiesc la fel ca toată lumea.” (Ina P.)

– Este foarte bine că dumneavoastră nu ați furat și nu ați ucis pe nimeni. Poruncile „să nu furi”, „să nu ucizi” sunt, fără îndoială, importante, numai că pe acestea noi suntem, pur și simplu, obligați să le respectăm, fiindcă sunt niște legi. Există însă și alte porunci pe care ni le-a dat Dumnezeu: „Să iubești pe Domnul, Dumnezeul tău” și „să-l iubești pe aproapele tău ca pe tine însuși”. Acestea sunt reglementate doar de către conștiință. Să luăm, spre exemplu, cea de-a doua poruncă enunțată. Ce atitudine avem noi față de rude (părinți, soț, copii)? Ce simțim în relația cu aceștia? Suntem adesea înrobiți de nemulțumiri și iritări cauzate de probleme minore, care se dezvoltă și se transformă în ură sau în certuri. Dacă o femeie nu are pace în suflet, ea nu va reuși să făurească pacea nici în familie.

Dar cum putem dobândi noi pacea în suflet? Pa- cea sufletească ne-o dă Hristos. Trebuie să înțe- legem astfel cât de departe suntem de Acesta, să ne privim în suflet, să ne pocăim. În traducere din limba greacă, pocăința înseamnă schimba- rea minții, și această schimbare începe cu che- marea lui Dumnezeu.

Țineți minte pilda biblică despre fiul risipitor? Dacă nu, poate o cunoașteți măcar din tabloul lui Rembrandt „Întoarcerea fiului risipitor”? În tablou este reprezentat fiul care stă în genunchi, în fața tatălui, și își cere iertare. Mai demult, el a plecat de la acesta, luând partea sa de moștenire. Într-o țară îndepărtată el și-a cheltuit averea și a devenit atât de sărac, încât ar fi fost bucuros să mănânce din hrana porcilor. Ajungând în aceas- tă stare, a hotărât să se întoarcă la tatăl său și să-i ceară iertare. Tatăl, văzând lacrimile de pocăin- ță, l-a iertat pe fiu și a poruncit ca acesta să fie îmbrăcat în cele mai bune haine și să se sărbăto- rească venirea sa. În această pildă, prin tatăl fiu- lui risipitor se are în vedere Dumnezeu, iar prin fiu – omul, care se pocăiește.

Dar nu ne asemănăm noi oare fiului risipitor atunci când ne îndepărtăm de Dumnezeu și ne dedăm unei vieți păcătoase?

Prin păcatele noastre ne distrugem sufletul și darurile primite de la Dumnezeu: sănătatea, pu- terea și talentul. Atunci când, venindu-ne în fi- re, ne pocăim, Domnul, ca un Tată milostiv, Se

bucură și ne iartă păcatele, oricât de mari ar fi acestea.

Pocăința nu este o acțiune unică. Ea reprezin- tă începutul vieții duhovnicești, un fel de prim punct de calcul. Viața duhovnicească începe cu Taina Pocăinței. Mulți sunt speriați de Pocăință, fiindcă trebuie să-și aducă aminte de faptele re- le și să le povestească preotului, iar aceasta este greu de făcut. Păcatele însă ne îndepărtează de Dumnezeu și ne pierd sufletul. Păcatul este ceea ce ne împiedică să-L iubim pe Dumnezeu și pe aproapele; este un obstacol greu de trecut și, de multe ori, se transformă în normă de viață. De aceea, păcatul nu poate fi eradicat prin forțe pro- prii, ci cu ajutorul lui Dumnezeu.

Și încă ceva referitor la Taina Pocăinței: cunoaș- tem noțiunea de „falsă rușine”, așa că trebuie să mai știm că a păcătui este rușinos, într-adevăr, dar a ne pocăi nu este. Să vă ajute Dumnezeu!

Paradoxurile concubinajului

„Trăim împreună fără să fim căsătoriți civil. Astfel, ne cercetăm relația, înainte de a o înregistra la Stat. Ce este rău în acest lucru?” (Marina B.)

– Este foarte bine că vă cercetați sentimentele. Dar ce legătură are căsătoria cu aceasta? Dacă nu sunteți siguri că vă veți căsători, atunci e mai bine să trăiți separat, fiindcă încercarea sentimentelor nu presupune neapărat și conviețuirea. Atunci când Domnul l-a creat pe Adam, El nu a creat mai multe Eve și nu a spus: „Încearcă, Adam, și vezi care ți se potrivește.” Domnul a creat o singură femeie și i-a binecuvântat pe Adam și pe Eva la conviețuire. Dacă acest principiu se încalcă, atunci oamenii pierd binecuvântarea lui Dumnezeu. Pe deasupra, pentru femeie rolul de concubină, spre deosebire de cel de soție, este înjositor.

Dacă un tânăr nu este convins că o iubește pe fata cu care se întâlnește, nu are dreptul să se folosească de tinerețea, nurea și frumusețea ei. Domnul i-a creat pe oameni, bărbați și femei, nu

pentru ca ei să se „distreze”, fără nici o obligație unul față de celălalt.

Este important să înțelegem că relația de concubinaj este păgubitoare atât pentru sufletul bărbatului, cât și pentru cel al femeii. Rolul de concubină așază femeia într-o situație nefirească. În primul rând, ea nu este sigură de viitor. Și nu se știe care va fi rezultatul acestui „test”: va deveni ea oare soție sau va rămâne singură, cu sufletul rănit și cu o experiență amară a unei false căsnicii? Dacă experimentul nu va reuși, nu putem decât să ne închipuim câtă suferință, înjosire și nedreptate va îndura această femeie. Și aceste lucruri nu sunt fără repercusiuni pentru suflet. Astfel, femeile își distrug în mod conștient personalitatea. Drept rezultat, avem de-a face cu bărbați iresponsabili, infantili, răutăcioși, dar și cu femei agresive, puse pe scandal și înrăite.

Verificați stabilitatea relației dumneavoastră, dar nu treceți peste linia trasată de Dumnezeu, fiindcă aceasta este distructiv pentru personalitate. Pe o astfel de bază nu poate fi construită o familie.

„De ce trebuie să își înregistreze relația la Stat doi tineri care se iubesc? Oare poate influența sentimentele o șampilă?” (Tatiana D.)

– Sigur că influențează, și aceasta s-a verificat prin experiența multor generații. Atâta timp cât nu există acea șampilă, voi nu sunteți soț și

soție; nu aveți obligații și nici o responsabilitate unul față de celălalt. Relația plutește în aer și nu vreau să amintesc aici despre responsabilitatea față de Dumnezeu, ci doar de responsabilitatea față de societate. Astăzi vă iubiți, iar mâine nu, și atunci vă veți despărți. Avem o mulțime de exemple în acest sens, în societate. Trăind astfel, vă furați singuri fericirea, fiindcă aceasta nu poate fi completă în afara familiei. Relațiile extraconjugale sunt păcătoase. Această necurăție se răspândește apoi asupra întregii vieți, sub toate aspectele ei.

Și da, unul din felurile în care îți poți arăta dragostea este acela de a înregistra relația la Stat. A lua asupra ta responsabilitatea pentru cel de aproape al tău și a declara acest lucru în fața tuturor este privit astăzi, din păcate, ca un act de eroism. Dar dacă iubiți cu adevărat, atunci nici nu vă veți gândi prea mult la ștampilă. Așa că este bine să vă cununați și să trăiți împreună în veselie.

„Astăzi nu este la modă și nici în conformitate cu contemporaneitatea să-ți păstrezi curăția. Multe fete sunt convinse că au doar două căi: fie să trăiască fără acte, fie să rămână fete bătrâne.” (Natalia P.)

– Acest punct de vedere este fals. În primul rând, neprihănirea este un dar deosebit al lui Dumnezeu. Fata, prin natura sa, este creată pentru a fi păzitoare a neprihănilor. Și această cali-

tate extraordinară trebuie păstrată ca ochii din cap, fără a te deda minciunilor nerușinate.

Într-adevăr, astăzi să păstrezi curăția este greu. Mult mai ușor este să te dedai ispitei și să faci „experimente” care distrug personalitatea. Cuvântul „desfrânare” provine de la „frână”, „înfrânare”. Uitați-vă numai la cei care s-au hotărât să trăiască fără acte. Sunt ei oare fericiți? După câteva astfel de „experimente” fetele își pierd atitudinea sănătoasă față de sine. Apare atunci complexul de om de calitate inferioară. În urma unor astfel de insuccese mai poți oare încerca să-i demonstrezi unei fete că există posibilitatea întemeierii unei familii solide? Într-adevăr, puține fete își mai păstrează astăzi curăția până la căsătorie. Tocmai de aceea multe căsătorii se și destramă. Omul contemporan aleargă după plăceri, fără să se gândească la faptul că familia înseamnă responsabilități, creșterea de copii și întreținerea familiei.

Ceea ce se întâmplă astăzi mărturisește doar despre degradarea societății. Bărbații au o atitudine de consumism față de femei. Vinovate de aceasta sunteți chiar dumneavoastră, domnișoarelor, fiindcă ați alintat prea mult bărbații. O fată trebuie să fie inaccesibilă și atunci bărbatul va da dovadă de calități morale: bărbăție, tărie de caracter, asiduitate, bunătate și tandrețe. El va deveni cavalier, apărător al curăției și neprihănilor feminine. Astfel, bărbatul va fi nevoit să vă cuce-

rească încrederea și dragostea, manifestând calități de bărbat adevărat, nu de afemeiat.

„Prietena mea a fost de acord cu concubinajul, numai că alesul ei nu-i propune să se căsătorească. Ce sfat i se poate da în acest caz?” (Margareta N.)

– Dacă tânărul nu cere în căsătorie o fată, atunci ea va trebui să aducă vorba despre aceasta. Sfatul meu este următorul: să prindă curaj și să-i spună calm că îl iubește și că vrea să întemeieze o familie cu el. Trebuie să-i spună că ea a făcut deja alegerea și că așteaptă ca el să ia atitudine. Iar dacă bărbatul nu este gata să facă pasul spre căsătorie, atunci să trăiască separați.

Dacă prietena dumneavoastră îi este, într-adevăr, dragă și el o vede ca pe jumătatea lui, soția, prietena, mama copiilor, atunci va spune că este de acord să meargă cât mai curând la starea civilă. Nu are nici un rost să asculte argumentele acestuia împotriva căsătoriei, fiindcă orice negare a sa nu are cum să fie consistentă. Capacitatea feminină de a compătimi poate să joace o festă într-un astfel de caz. Fetele rabdă și trec cu vederea inactivitatea bărbaților, neputința sau lipsa lor de dorință în înfruntarea greutăților.

Dacă însă ea este pentru el doar o joacă, atunci pasul acesta serios nu va fi realizat și el va pleca și, cu cât mai devreme se va întâmpla aceasta, cu atât va fi mai bine.

„Sunt complexată. Am 21 de ani și multe dintre prietenele mele sunt deja căsătorite, unele au și copii. Eu sunt virgină și mi se spune că această noțiune este una învechită, iar dacă mă voi păstra așa, nu mă voi mărita. Îmi dau seama că desfrânarea este un păcat, dar ce-i de făcut?” (Veronica J.)

– Nu vă lăsați manipulată. Ați spus foarte bine că desfrânarea este un păcat. Vom puncta și că acesta este un păcat de moarte, care duce sufletul în întunericul iadului. Doar pocăința adâncă și îndreptarea vieții reunesc un astfel de suflet cu Dumnezeu și cu Sfânta Sa Biserică.

Desfrânarea îl lipsește pe om de harul lui Dumnezeu. Fiind lipsit de har, desfrânatul se lipsește și de pacea sufletească. Astfel de oameni sunt nevrotici și adesea neliniștiți. De aceea ei se și află tot timpul în căutare de noi aventuri și plăceri.

Desfrânarea îl lipsește pe om de posibilitatea de a iubi cu adevărat. De obicei, cei vinovați de acest păcat nu pot să întemeieze o familie stabilă și nici să educe copii sănătoși din punct de vedere moral. Cât despre SIDA, bolile venerice, avorturi și infertilitate în cazul patimii amintite cred că este de prisos să mai vorbim.

Acum, să ne întoarcem la prietenele dumneavoastră mai „avansate” în acest domeniu. Așa cum întunericul nu se înțelege cu lumina, la fel și fecioria pentru un desfrânat este ca o admo-