

Η σωστή αγάπη προς τον εαυτό (π. Αλέξιος Altschul)

/ [Πεμπουσία](#)



Η σωστή αγάπη προς τον εαυτό μας είναι σημαντική για να θεραπευθούμε από την κακοποίηση και την παραμέληση. Ο κακοποιημένος άνθρωπος ακούει μέσα στην ψυχή του τα εξής λόγια: «είμαι κακός, αν με γνώριζες στ' αλήθεια δεν θα ήθελες να έρθεις πιο κοντά μου».

Οι αυτοκαταστροφικές τάσεις, τα ναρκωτικά, οι αυτοκτονίες, η σεξουαλική κακοποίηση, η πορνεία, τα τυχερά παιχνίδια, όλα αποτελούν εκδήλωση ενός βαθύτερου πόνου. Ενός πόνου που φανερώνει ότι δεν λάβαμε αγάπη σ' αυτό το μικρό κομμάτι του εαυτού μας για να μπορέσουμε να ανοιχτούμε όπως τα παιδιά στη Βασιλεία των Ουρανών. Στο μέρος εκείνο δηλαδή όπου μπορούμε να ανοιχτούμε με θαυμαστό τρόπο και με θαυμασμό, με τρυφερότητα και ταυτόχρονα προστατευόμενοι από την πλευρά του εαυτού μας που είναι πλήρης λογικής και σιγουριάς - που με τη σειρά τους μας προστατεύουν από την κακοποίηση, το

ψεύτικο και τον ληστή.

Η σωστή αγάπη προς τον εαυτό μας διευκολύνει την ψυχή να λάβει το μήνυμα του Ευαγγελίου, να το εφαρμόσουμε στους εαυτούς μας και να το μοιραστούμε με τους άλλους. Αρχίζουμε να λέμε «Ναι! Θέλω ό,τι είναι καλό για μένα! Θέλω την αγάπη του Θεού». Κι έτσι αρχίζουμε να αποκτούμε ελπίδα ότι ο Θεός στ' αλήθεια μ' αγαπάει, ο Θεός θέλει να αντλώ αυτή την καλοσύνη.

Αρκετό καιρό πριν, διδάχθηκα από κάποιον έναν απλό κανόνα για να διαβάζω την Αγία Γραφή. Όπου βρίσκω μια φράση που αναφέρεται στους ανθρώπους γενικά, να βάζω το όνομά μου. Ας δώσουμε ένα παράδειγμα για να το καταλάβουμε καλύτερα. Οι περισσότεροι από εσάς θα γνωρίζετε ίσως το εδάφιο από το κατά Ιωάννη (3: 16) *«ούτω γαρ ηγάπησεν ο Θεός τον κόσμον, ώστε τον υιόν αυτού τον μονογενή έδωκεν, ίνα πας ο πιστεύων εις αυτόν μη απόληται, αλλ' έχη ζωήν αιώνιον»*. Στην θέση της λέξης «πας», δηλαδή «κάθε ένας, οποιοσδήποτε», βάλτε το όνομά σας. Επομένως, «αν πιστεύεις σε Αυτόν δεν θα χαθείς αλλά θα έχεις ζωή αιώνια». Ο Χριστός υπόσχεται ότι αν πιστεύω σε Αυτόν δεν θα χαθώ αλλά θα έχω αιώνια ζωή. Ό,τι έκανε ο Χριστός για όλους, το έκανε σίγουρα και για εσένα. Είσαι κι εσύ ένα μέρος αυτού του γεγονότος, αυτής της πραγματικότητας.

Εκπλήσσομαι όταν οι άνθρωποι μου λένε «Πιστεύω ότι ο Θεός θα το κάνει αυτό για τους άλλους μα δεν πιστεύω ότι θα το κάνει για εμένα. Πιστεύω ότι θα απαντήσει στις προσευχές των άλλων μα όχι στις δικές μου». Το μήνυμα όμως που μας δίνουν τα λόγια του Χριστού βρίσκει εφαρμογή και σε εμάς.

Ο άγιος Ιωάννης ο Ευαγγελιστής ανέφερε στην επιστολή (Α' Ιωάν. 4: 19): «Ημείς αγαπώμεν αυτόν, ότι αυτός πρώτος ηγάπησεν ημάς». Ας σκεφτούμε αυτή την πρόταση. «Εμείς αγαπάμε το Θεό γιατί εκείνος πρώτος μάς αγάπησε». Προηγείται λοιπόν η αγάπη και έπειτα υπάρχει η ανταπόκριση. Ο Χριστός είναι ο εραστής και η ψυχή μας ερωμένη, είναι αυτή που δέχεται την αγάπη και ούσα πλήρης αγάπης μπορεί με ευκολία να αγαπήσει με τη σειρά της και τους άλλους ανθρώπους γύρω της. Τούτο είναι που λαμβάνουν και τα παιδιά απ' τους γονείς - σε ιδανικές συνθήκες: την αγάπη και την τρυφερότητα που θα τα διευκολύνει να τις διοχετεύσουν με τη σειρά τους και στους άλλους ανθρώπους.

Είναι σημαντικό να σταματήσουμε για λίγο και να αφουγκραστούμε αυτό που μας λέει η Αγία Γραφή, ότι ο Θεός μάς αγαπάει. Οι πληγωμένες ψυχές μπορούν να προσευχηθούν «Δεν καταλαβαίνω την αγάπη Σου Κύριέ μου, Σου ζητώ να μου την αποκαλύψεις. Σου ζητώ να ξεχειλίσει η καρδιά μου από αυτή την αγάπη». Στην προς Ρωμαίους επιστολή του Αποστόλου Παύλου αναφέρεται «ότι η αγάπη του Θεού εκκέχεται εν ταις καρδίαις ημών δια Πνεύματος Αγίου του δοθέντος ημίν»

(Ρωμ. 5: 5). Όταν το Άγιο Πνεύμα αγγίζει την καρδιά, τότε μέσα μας βαθιά αρχίζουμε να αισθανόμαστε την αγάπη. Και τότε είναι που επιτυγχάνεται η πνευματική ίαση.

Του π. Αλεξίου Altschul

Πηγή: Περιοδικό 'Ψυχής δρόμοι', τεύχος 12