

Χριστιανική άσκηση και σώμα (Νικόλαος Γιόφτσιος, Θεολόγος)

/ [Πεμπτουσία](#)



Σύμφωνα με τον Άγιο Μάξιμο τον Ομοληγητή τρεις είναι οι πυλώνες και οι πόλοι της αμαρτία, η υπερηφάνεια, το μίσος και η άγνοια. Οι δαίμονες προσπαθούν να παρασύρουν τις ανθρώπινες ψυχές και να τις ρίξουν στους κόλπους της αμαρτίας, βομβαρδίζοντας την ανθρώπινη ψυχή με αισθησιακές εικόνες. Ωστόσο, το αν καταφέρει ο άνθρωπος να αντισταθεί σε αυτές τις εικόνες εξαρτάται από την ίδια του τη βούληση (Φλωρόφσκυ, 2007)

Η καταπολέμηση της αμαρτίας προϋποθέτει τη διαρκή δοκιμασία του ανθρώπου κατά την οποία ο πιστός πρέπει να οργανώσει τη ψυχή του και μέσα από την άσκηση να αποβάλλει τα πάθη του, έτσι ώστε να επέλθει η κάθαρση. Αυτό αποτελεί το πρώτο στάδιο της θέωσης. Η εγκράτεια και η επικράτηση έναντι των κατώτερων αισθήσεων όπως η φιληδονία και η επιθυμία έχουν ως αποτέλεσμα τη νίκη της ανθρώπινης ψυχής ενάντια της αμαρτίας. Πολλές φορές όμως ο άνθρωπος πρέπει να υπερνικά και τα ακούσια πάθη τα οποία προκύπτουν από την

αποκοπή των παθών και αφορούν τη θλίψη από το απραγματοποίητο των παθών αυτών (Φλωρόφσκυ, 1993).



Προκύπτει όμως το εξής ερώτημα, ποια είναι η πηγή των ανθρώπινων παθών που οδηγούν στην αμαρτία; Η απάντηση βρίσκεται στην έννοια της ανθρώπινης ψυχής. Πιο συγκεκριμένα, πριν την πτώση των πρωτοπλάστων οι τρεις δυνάμεις της ψυχής ήταν στραμμένες προς τον Θεό. Το λογικό μέρος της ψυχής σχετιζονταν με τη γνώση, το θυμικό με τον αγώνα του ανθρώπου για ένωση με το Θεό και το επιθυμητικό με την ανθρώπινη επιθυμία για επικοινωνία με το θεϊκό στοιχείο (Ματσούκας, 2007)

Όταν συνέβη η πτώση των πρωτοπλάστων, τότε η ανθρώπινη φύση αρρώστησε και οι δυνάμεις της ψυχής διεστράφησαν. Το λογικό μέρος σκοτίστηκε και κυριεύθηκε από τη φιλοδοξία, τη φιλαυτία, την υπερηφάνεια ενώ το θυμικό επιθυμούσε να στηριχθεί «τη κτίσει παρά τον Κτίσαντα» (Ρωμ. α΄, 25) με αποτέλεσμα να κυριευθεί και αυτό από τη φιλοκτημοσύνη, τη φιλαργυρία, την αντιζηλία και το μίσος προς τον συνάνθρωπο. Το επιθυμητικό της ψυχής δεν επιδιώκει πια την ηδονή που προσφέρει η επικοινωνία με το Θεό και στρέφεται προς την ηδονή που προσφέρει η ύλη και η σάρκα. Σε αυτή την περίπτωση η λειτουργία της ψυχής κυριεύεται από διάφορα πάθη ασθενεί και νεκρώνεται, χωρίς όμως να εξαφανίζεται (Ματσούκας, 2007)

Ο Θεός προσφέρει θεραπεία στην οποία ενυπάρχει η άσκηση. Πρόκειται για μια

χριστιανική διαδικασία στην οποία υπέβαλλαν ανέκαθεν τους εαυτούς τους όλοι οι συνειδητοί ορθόδοξοι χριστιανοί και εξαιρετικά οι Άγιοι και μάλιστα οι ερημίτες. Το σώμα αποτελεί το ναό του Θεού και κατοικητήριο του Αγίου Πνεύματος (Α' Κορ. 3,17 . 6, 19). Οι χριστιανοί με την άσκηση και την εγκράτεια δεν καταπολεμούν το σώμα τους αλλά «το φρόνημα της σαρκός» (Ρωμ. 6, 6- 7). Με τη χριστιανική άσκηση οι πατέρες της Εκκλησίας δεν επιδιώκουν να γίνουν σωματοκτόνοι αλλά παθοκτόνοι (Φιλοκαλία, 1,).

Ο Μάξιμος ο Ομολογητής επισημαίνει ότι αποτελεί ακαθαρσία της ψυχής το να μην ενεργεί κατά φύση γιατί έτσι δημιουργούνται στο νου οι εμπαιθείς λογισμοί. Όταν οι παθητικές δυνάμεις της ψυχής μένουν απαθείς στην προσβολή που δέχονται από τα πράγματα και από τους λογισμούς τότε είναι αναγκαία η άσκηση «Ψυχής εστιν ακαθαρσία το μη ενεργείν κατά φύσιν. Εκ τούτου γαρ τίκτονται τω νω οι εμπαιθείς λογισμοί. Τότε γαρ κατά φύσιν ενεργεί, όταν αι παθητικάί αυτής δυνάμεις, ο θυμός, λέγω, και η επιθυμία εν τη των πραγμάτων και των εν αυτοίς νοημάτων προσβολή απαθείς διαμένωσι » (Φιλοκαλία, 3, 35).

[Διαβάστε ολόκληρη τη μελέτη εδώ](#)