

Η βιβλική και πατερική θεώρηση του σώματος (Νικόλαος Γιόφτσιος, Θεολόγος)

/ [Πεμπτουσία](#)



Στο Χριστιανισμό, η άσκηση και ο αγώνας έχουν διαφορετικές σημασίες. Για τα πρώτα χριστιανικά χρόνια υπάρχει η εντύπωση πως η Εκκλησία υπήρξε αντίθετη στην ενασχόληση του ανθρώπου με το σώμα του, αντιτάχθηκε στην άσκηση και την άθλησή του και μάλιστα θεωρείται από αρκετούς εν μέρει υπεύθυνη για την κατάργηση των ολυμπιακών αγώνων της αρχαιότητας. Η άποψη αυτή στηρίζεται στο ότι η νεοσύστατη χριστιανική θρησκεία προέτρεπε τους πιστούς στον ασκητισμό και στην απαξίωση του σώματος ενώ ταυτόχρονα θεωρούσε τη σωματική άσκηση ελάχιστα ωφέλιμη για την πνευματική ζωή των πιστών και την ταύτιζε με τις ηδονές και τα πάθη.

Η άποψη αυτή δεν είναι εξ ολοκλήρου σωστή. Ο χαρακτήρας της άσκησης και του αγώνα μέσα στα χριστιανικά πλαίσια είναι όντως μόνο πνευματικός και δεν αφορά

καθόλου το σώμα. Οι αθλητικοί όροι χρησιμοποιούνται από τους Αποστόλους και τους πατέρες για να περιγράψουν τον πνευματικό αγώνα του ανθρώπου για την κατάκτηση της σωτηρίας.

Ωστόσο ο χριστιανισμός δεν απαξιώνει τελείως το σώμα αλλά το θεωρεί κατώτερο της ψυχής. Πιο συγκεκριμένα, θεωρεί τον άνθρωπο ως μια ενιαία ψυχοσωματική οντότητα και ότι το σώμα δεν είναι έδρα της αμαρτίας. Ο Θεός έπλασε τον άνθρωπο «κατ' εικόνα» Του και «καλόν λίαν». Αποδεικτικό του ότι η ορθόδοξη παράδοση δεν απορρίπτει το σώμα είναι το ότι ο Χριστός τίμησε την ανθρώπινη φύση αφού έγινε όμοιος με τους ανθρώπους χωρίς αμαρτίες και αναστήθηκε με το σώμα Του. Επίσης στόχος της Εκκλησίας είναι η αφθαρτοποίηση του ανθρώπινου σώματος γιατί το ανθρώπινο σώμα είναι «ναός του Αγίου Πνεύματος». Στην Αγία Γραφή η λέξη «σάρκα» χρησιμοποιείται και θετικά και αρνητικά. Σύμφωνα με την χριστιανική παράδοση αυτό θεωρείται κακό δεν είναι το καθεαυτό σώμα αλλά το σωματικό φρόνημα και συγκεκριμένα η διάθεση που έχει προς την αμαρτία.



Για το Χριστιανισμό σημασία έχει όχι να καταστραφεί το σώμα αλλά τα πάθη που το κατακλύζουν. Η θεραπεία που προτείνεται είναι η άσκηση η οποία οδηγεί στην εγκράτεια. Επομένως, άσκηση στα πλαίσια της εκκλησίας εννοείται η διαδικασία που υποβάλλει ο πιστός στον εαυτό του για να καταπολεμήσει και να απελευθερωθεί από τα πάθη που τον οδηγούν στην αμαρτία.

Όσον αφορά τα συστατικά του σώματος κατά την αρχαία ελληνική φιλοσοφία είναι τρία και είναι η ψυχή, το πνεύμα και το σώμα. Ο ιδεαλισμός του Πλάτωνα επηρέασε τη μετέπειτα στωική φιλοσοφία αλλά τον ίδιο τον Χριστιανικό ασηκητισμό.

Σύμφωνα με τη θεολογία του σώματος το ανθρώπινο σώμα θεωρείται βασικό στοιχείο της προσωπικότητάς του. Ο άνθρωπος είναι διφυές υλικό και πνευματικό ον και αποτελείται από σώμα και ψυχή. Αυτά τα δύο δεν χωρίζονται και συνιστούν μαζί την ανθρώπινη οντότητα. Το ανθρώπινο πρόσωπο εκδηλώνεται μέσα από τις δυο αυτές διόδους.

Για να επανέλθει ο άνθρωπος στη θέωση πρέπει να μεριμνήσει ταυτόχρονα και το σώμα του και τη ψυχή του γιατί μόνο τότε θεωρείται ολόκληρος. Σύμφωνα με τη θεολογία του σώματος η εκγύμναση του έχει ως στόχο την ευεξία και την καλή του κατάσταση. Όταν το σώμα είναι υγιές συμβάλλει στην καλή ψυχική υγεία του ανθρώπου και αντιστρόφως, δηλαδή η ψυχική ευρωστία έχει θετικές συνέπειες και στο σώμα. Η ορθόδοξη χριστιανική παράδοση υποστηρίζει ότι είναι αναγκαία μια ισορροπία μεταξύ των ψυχικών και σωματικών ασκήσεων και πιο συγκεκριμένα ότι όσοι υποβάλλονται σε σωματική άθληση πρέπει να επιδίδονται συστηματικά και σε πνευματικές ασκήσεις και όσοι καταπιάνονται με πνευματικές ενασχολήσεις χρειάζονται τη σωματική άσκηση για να ισορροπούν.



Ο δυϊσμός επηρέασε όχι μόνο το χριστιανισμό αλλά και τους νεωτερικούς στοχαστές όπως τον Καρτέσιο και εξακολουθεί να προσδιορίζει τη σύγχρονη βιολογία και ιατρική. Αντιθέτως, ο υλισμός επικράτησε από τον Ηδονισμό και τον Επικουρισμό μέχρι και τον Μαρξ.

Εν κατακλείδι, τα αποτελέσματα της βιβλιογραφικής έρευνας έδειξαν ότι κατά την κλασική περίοδο το ενδιαφέρον των ελλήνων εστιάζονταν στον καλλωπισμό του σώματος και του πνεύματος. Και τα δυο θεωρούνταν εξίσου σημαντικά και καλλιεργούνταν στο ίδιο βαθμό. Το ιδανικό σώμα ήταν το γυμνό σώμα με τις τέλειες διαστάσεις. Με το πέρασμα των ιστορικών χρόνων όμως η τάση αυτή αλλάζει καθώς ο άνθρωπος γίνεται πιο ατομοκεντρικός και κυρίως κατά την ελληνιστική περίοδο. Έμφαση δίνεται στον εσωτερικό κόσμο του ατόμου το οποίο βρίσκεται μέσα σε μια διαρκή πνευματική σύγχυση. Η συγκεκριμένη προτίμηση στην ανάδειξη των πνευματικών αρετών έναντι των σωματικών αποτυπώνεται έκδηλα και στην τέχνη.

Κατά τα νεότερα χρόνια, το σώμα ιατροποιείται και αποκτά σαρκική διάσταση. Κατά των μεσαίωνα απαξιώνεται λόγω του θρησκευτικού ηγεμονισμού αλλά στα μετέπειτα αναγεννησιακά και νεωτερικά χρόνια αντιμετωπίζεται ορθολογικά. Το

μεταμοντέρνο σώμα αποσπάται τελείως από το πνευματικό κομμάτι και οδηγεί σε υλιστικές συμπεριφορές που στόχο έχουν να αναδείξουν το κάλλος.

Όσον αφορά το Χριστιανισμό, το σώμα κατέχει σημαντική θέση. Παρόλο που η αποστολική και πατερική παράδοση προβάλλουν την ανάγκη για πνευματική άσκηση και εγκράτεια, δεν απαξιώνουν το σώμα αλλά το θεωρούν λίγο κατώτερο από τη ψυχή. Για την ορθόδοξη παράδοση η ανθρώπινη ολότητα αποτελείται από το σώμα και τη ψυχή. Αυτό που απαξιώνει η παράδοση είναι οι σωματικές τάσεις προς την αμαρτία και όχι το ίδιο το σώμα. Γι αυτό το λόγο άλλωστε και πολλοί πατέρες προτρέπουν τους πιστούς να φροντίζουν το σώμα τους, μέσα στα όρια της σεμνότητας και της εγκράτειας.

Ο χριστιανισμός ναι μεν επηρεάζεται από τα φιλοσοφικά κινήματα της αρχαιότητας όσον αφορά τα συστατικά της ανθρώπινης ολότητας αλλά παρόλα αυτά δεν εναντιώνεται στη σωματική φροντίδα όπως κάνει ο Πλάτωνας. Στην αρχαιότητα η προβολή των ωραίων σωμάτων επιτελούνταν μέσα από τους αθλητικούς αγώνες. Ο αθλητής επεδείκνυε το κάλλος του μέσα από γυμνικούς αγώνες. Ωστόσο και πολλοί πατέρες της εκκλησίας χωρίς να αποδέχονται τις αρχαίες ελληνικές πρακτικές, αναφέρθηκαν στις αθλητικές δραστηριότητες από μια διαφορετική όμως σκοπιά. Τόνισαν την ανάγκη για πνευματικό αθλητισμό, ο οποίος όμως προϋποθέτει και την υγεία της ψυχής αλλά και του σώματος. Η ψυχή και το σώμα είναι δυο αλληλένδετα στοιχεία για την ορθόδοξη παράδοση και η ευημερία του ενός προϋποθέτει την ευημερία του άλλου.

[Διαβάστε ολόκληρη τη μελέτη εδώ](#)