

Παρασκευή Ι. Ρεντζή- Βαϊοπούλου

**Οι απόψεις των σύγχρονων Γερόντων
σχετικά με την ψυχική και σωματική υγεία**

ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ κ. Αλέξανδρος Μ. Σταυρόπουλος

Μεταπτυχιακό Πρόγραμμα: Ποιμαντική Θεολογία και Αγωγή

Κοινωνική Θεολογία- Θεολογική Σχολή



ζωγραφικός πίνακας πατρός Σταματίου Σκλήρη

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Εκφράζω τις θερμότερες ευχαριστίες μου στον Καθηγητή κ. Αλέξανδρο Σταυρόπουλο, καθώς μέσα από την εργασία που ακολουθεί με τίτλο «Οι απόψεις των σύγχρονων Γερόντων σχετικά με την ψυχική και σωματική υγεία», σε συνδυασμό με την καθοδήγησή του στην πορεία του μεταπτυχιακού προγράμματος «Ποιμαντικής Θεολογίας και Αγωγής», άνοιξαν μπροστά μου νέοι πνευματικοί ορίζοντες.

Κατά την πορεία της εκπόνησης της συγκεκριμένης εργασίας, είχα την «τύχη» ή την «ατυχία» να βιώσω προσωπικά προβλήματα υγείας, τα οποία όχι μόνο τα προσέγγισα από διαφορετική οπτική γωνία, αλλά στηρίχτηκα και σε προσωπικό επίπεδο. Κρατώντας σφιχτά στα χέρια τα βιβλία των φωτισμένων Γερόντων και μελετώντας κάθε γραμμή των βιβλίων που γράφτηκαν για εκείνους, κατάφερα να σταθώ στα πόδια μου και να επιστρέψει στην ψυχή μου η ελπίδα, η αγάπη και να ανακαλύψω ξανά το νόημα της ζωής.

Αυτή η εργασία ήταν η αφορμή να αντιληφθώ σε βάθος τι εννοούσε η τυφλή κοπέλα στην εκπομπή του Mega «Πρωταγωνιστές» (06/06/2010) με τίτλο «Τι χρώμα έχει το σκοτάδι;», όταν στην ερώτηση του δημοσιογράφου «Πιστεύεις στο Θεό;», απάντησε: «Ναι, μ' έχει βοηθήσει πάρα πολύ. Από εκεί αντλώ δύναμη. Ανακάλυψα το Θεό μέσα από την τύφλωσή μου».

(link:https://www.youtube.com/watch?feature=player_embedded&v=ldizBgmouNk#).

Είναι αποκαλυπτικό για κάποιον να διαπιστώσει πόσο διαφορετικά μπορεί να κατανοήσει και να συναισθανθεί μία φράση ενός ανθρώπου, πώς μπορεί να ξεπεράσει τη δική του «τύφλωση», όταν μελετήσει σε βάθος τους σύγχρονους Άγιους Γέροντες, που αποτελούν πρότυπα αρετής και πνευματικού ηρωισμού.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Μέσα στο πλαίσιο του μεταπτυχιακού προγράμματος «Ποιμαντικής Θεολογίας και Αγωγής» η μελέτη φωτεινών ανθρώπων, όπως είναι οι σύγχρονοι γέροντες, των οποίων τα μέτρα αρετής και αγιότητας έχουν φθάσει σε τόσο υψηλά επίπεδα, κρίνεται απαραίτητη και ωφέλιμη η γνώση της ζωής τους και η ενδεδειγμένη εξέταση των απόψεών τους για την σωματική και ψυχική υγεία των ανθρώπων. Οι σύγχρονοι γέροντες αποτελούν φωτεινούς «δείκτες» στη σύγχρονη πραγματικότητα. Είναι οι αφανείς εκείνοι ήρωες που ενσαρκώνουν το ιδεώδες του Ευαγγελίου. Η ίδια τους η ζωή είναι πρότυπο και με το χάρισμα του Αγίου Πνεύματος βοηθούν τους συνανθρώπους τους να γνωρίσουν βαθύτερα τον εαυτό τους και να δώσουν νόημα στην ύπαρξή τους.

Λαμπρές μορφές σύγχρονων γερόντων είναι ο γέροντας Παΐσιος ο Αγιορείτης, ο γέροντας Πορφύριος Καυσοκαλυβίτης, ο γέροντας Επιφάνιος Θεοδωρόπουλος, ο γέροντας Ιωσήφ, η γερόντισσα Γαβριηλία, ο γέροντας Ιάκωβος Τσαλίκης, ο γέροντας Ιερώνυμος της Αιγίνης, ο γέροντας Σωφρόνιος Σαχάρωφ, ο γέροντας Τύχων ο Αγιορείτης, ο γέροντας Θεόφιλος Ζερβάκος, ο γέροντας Δημήτριος Γκαγκαστάθης, ο γέροντας Αμβρόσιος της Μονής Δαδίου, ο γέροντας Ευσέβιος Γιαννακάκης και άλλοι. Από τους παραπάνω γέροντες επιλέξαμε να παρουσιάσουμε τους πέντε πρώτους, επειδή εξέφρασαν αναλυτικά και με λεπτομέρεια της απόψεις τους γύρω από τα θέματα σωματικής και ψυχικής υγείας που θα εξετάσουμε στην εργασία μας.

Οι άνθρωποι θα μπορούσαν να παρομοιαστούν με καπετάνιους που προσπαθούν να πλοηγήσουν το πλοίο τους μέσα στο βαθύ σκοτάδι με το φόβο, μήπως δεν ακολουθήσουν τον ορθό υδάτινο δρόμο και κινδυνεύσει η ζωή τους. Στην πορεία του ταξιδιού τους είναι πιθανόν να συναντήσουν άλλα καράβια που θα κάνουν το παν να τα εκτρέψουν από τον ασφαλή δρόμο (πειρασμοί), ή μπορεί να τα χτυπήσουν απρόσμενοι ύφαλοι (ασθένειες) ριζωμένοι στα σπλάχνα της κρυμμένης στεριάς (γενετικός κώδικας), στα απύθμενα έγκατα του ωκεανού (προπατορικό αμάρτημα), ή να βρουν λιμάνια, για να ξαποστάσουν το κουρασμένο «σκαρί» τους (ιατρική- φαρμακευτική βοήθεια) ή ακόμη να συγκρουστούν με βραχονησίδα και να βουλιάξουν στον πυθμένα της θάλασσας (θάνατος). Ο άνθρωπος, όμως, σε αυτό το ταξίδι δεν μένει αβοήθητος, ούτε έρμαιο της βουλήσεως των θεών, όπως ο Οδυσσέας στο ταξίδι του για την Ιθάκη. Ο Θεός

ως πανάγαθος και φιλόανθρωπος έχει «τοποθετήσει» σε καίρια σημεία λαμπρούς φάρους γνώσεως, διαφώτισης και καθοδήγησης, τους γέροντες.

Οι σύγχρονοι γέροντες του ορθόδοξου χριστιανισμού είναι προικισμένοι με το χάρισμα της πνευματικής καθοδήγησης και διακρίνονται για το ασκητικό ήθος τους, το ησυχαστικό και το φιλοκαλικό φρόνημά τους. Είναι οι πνευματικοί πατέρες που κατευθύνουν τα πνευματικά τους παιδιά είτε με τα γεμάτα σοφία λόγια τους, είτε με την ίδια τους την παρουσία, αφού «ο γέροντας κάνει τη μέθοδο»¹, δηλαδή αποτελεί παράδειγμα και προβάλλει έναν τρόπο ζωής άξιο προς μίμηση. Η θεωρία του μόνο και το υπόδειγμά του είναι δυνατό να ανακουφίσει και να δώσει απαντήσεις. Ένα περιστατικό από τη ζωή του Αγίου Αντωνίου μπορεί να δώσει μία σαφή εικόνα για τα παραπάνω λεγόμενα: «Τρεις από τους πατέρες είχαν τη συνήθεια να πηγαίνουν κάθε χρονιά στο μακάριο Αντώνιο. Και οι μεν δύο τον ρωτούσαν σχετικά με τους λογισμούς και τη σωτηρία της ψυχής. Ο άλλος, όμως, σιωπούσε πάντα, μη ρωτώντας τίποτε. Μετά, λοιπόν, από λίγο καιρό, του λέει ο Αββάς Αντώνιος: “Τόσο καιρό έρχεσαι εδώ και τίποτε δε με ρωτάς”. Και εκείνος του αποκρίνεται: “Μου αρκεί μόνο να σε βλέπω, πάτερ”».²

Οι γέροντες έχουν κληθεί από τον κόσμο να απαντήσουν είτε σε σύγχρονα θέματα που απασχολούν τον άνθρωπο, είτε σε ζητήματα που τον έχουν προβληματίσει ήδη από παλαιότερους χρόνους, όπως για παράδειγμα η διατήρηση της ψυχικής και σωματικής υγείας, καθώς και η χρήση της ιατρικής και φαρμακευτικής επιστήμης για το σκοπό αυτό. Η ψυχική και σωματική υγεία αποτελεί ένα διαχρονικό ζήτημα που απασχολεί τον άνθρωπο. Οι απόψεις τους μερικές φορές δίστανται και εκ πρώτης όψεως φαίνεται να διαφωνούν. Παρ’ όλα αυτά, όμως, πάντα οι γέροντες χαρακτηρίζονται από διαύγεια πνεύματος, έντονη επιχειρηματολογία –αφοπλιστική- και καταλήγουν στο ίδιο συμπέρασμα ή καλύτερα στην ίδια ρίζα, την απόλυτη εμπιστοσύνη προς το Θεό και την εν Χριστώ ζωή.

¹ Αλεξάνδρου Μ. ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ, *Συμβουλευτική Ποιμαντική και Εξομολογητική (Διδακτικές σημειώσεις)*, Αθήνα 2001, σ. 151.

² ο.π., σ. 152.

ΓΕΡΟΝΤΑΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΣ

Σύντομο βιογραφικό σημείωμα:

Ο Γέροντας Πορφύριος, κατά κόσμο Ευάγγελος, έζησε από το 1906- 1991. Γεννήθηκε στις 7 Φεβρουαρίου του 1906 στο χωριό Άγιος Ιωάννης Ευβοίας και ήταν το τέταρτο από τα πέντε παιδιά της οικογένειάς του. Αναγκάστηκε να διακόψει το σχολείο στην Α' τάξη Δημοτικού, για να ασχοληθεί με την αγροτική ζωή και να ενισχύσει οικονομικά την οικογένειά του. Ήδη από την παιδική του ηλικία ξεχώριζε για την καλοσύνη του, την ειλικρίνειά του και την αγάπη του για το Θεό.³

Πρότυπό του ήταν ο Άγιος Ιωάννης ο Καυσοκαλυβίτης και γι' αυτό στα δώδεκά του χρόνια έφυγε κρυφά από τους γονείς του και πήγε στο Άγιο Όρος. Ως μοναχός διακρινόταν για την υπακοή του, την προθυμία του και τον αυστηρό του πνευματικό αγώνα. Ξεχώριζε για την ταπείνωσή του και τις αρετές του. Ήδη από τα δεκαέξι του χρόνια είχε προικιστεί με το προορατικό χάρισμα.⁴

Ο Γέροντας Πορφύριος ήταν φιλάσθενος άνθρωπος και αρρώστησε στα δεκαεννιά του χρόνια και έτσι αναγκάστηκε να εγκαταλείψει το Άγιο Όρος και να επιστρέψει στην Εύβοια. Εκεί εγκαταστάθηκε στη Μονή του Αγίου Χαραλάμπους Λευκών. Στα είκοσί του χρόνια χειροτονήθηκε ιερέας από τον Αρχιεπίσκοπο Σινά Πορφύριο τον Γ', στη Μονή Αγίου Χαραλάμπους Κύμης και πήρε το όνομα Πορφύριος.⁵

Στις 12 Οκτωβρίου του 1940 εγκαταστάθηκε στην Αθήνα και διορίστηκε εφημέριος στο Νοσοκομειακό Ιερό Ναό του Αγίου Γερασίμου της Πολυκλινικής Αθηνών, στην πλατεία Ομονοίας. Εκεί, συνέχισε τη ζωή του για τα επόμενα τριάντα τρία χρόνια.⁶ Όνειρό του ήταν να χτίσει ένα μοναστήρι. Το 1979 εγκαταστάθηκε στο Μήλεσι Ωρωπού σ' ένα τροχόσπιτο αρχικά και στη συνέχεια σ' ένα κελί το οποίο ήταν χτισμένο από τσιμεντόλιθους.⁷

Με δικές του οικονομίες και στερήσεις, καθώς με τις προσφορές των πνευματικών του παιδιών, το 1980 άρχισαν οι πρώτες οικοδομικές εργασίες για

³ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ Μοναχή, *Ο Όσιος Γέρων Πορφύριος, Η αγαπώσα καρδιά*, Εκδόσεις Εφαιμιάς, Ιεράς Γυναικείας Κοινοβιακής Μονής Οσίου Εφραίμ του Σύρου, Κονταριώτισσα Αικατερίνης, σσ. 99-100.

⁴ ο.π., σ. 106.

⁵ ο.π., σσ. 107-108.

⁶ ο.π., σ. 108.

⁷ ο.π., σ. 110.

την ανέγερση μοναστηριού. Το 1984 ολοκληρώθηκε ένα μέρος του Ιερού Ησυχαστηρίου «η Μεταμόρφωση του Σωτήρος» και εκεί εγκαταστάθηκε σ' ένα ταπεινό κελί.⁸

Τα προβλήματα της υγείας του δεν τον πτόησαν και με θέρμη επιτελούσε το ιερό του έργο. Ανήμερα του Αγίου Πορφυρίου, στις 26 Φεβρουαρίου του 1990, η θεμελίωση του Ιερού Ησυχαστηρίου ήταν γεγονός. Δυστυχώς, όμως, ο Γέροντας ταλαιπωρήθηκε ήδη από τη νεαρή του με πολλά προβλήματα υγείας, όπως καρδιακά, έμφραγμα, πλευρίτιδες, χειρουργείο στα νεφρά, κήλη, υπέφερε από το στομάχι του, έχασε την όρασή του από καταρράκτη και τελικά απεβίωσε από καρκίνο, «την ευλογημένη ασθένεια», όπως έλεγε ο ίδιος, στις 2 Δεκεμβρίου του 1991 στα 85 του χρόνια.⁹

Οι απόψεις του Γέροντα Πορφυρίου για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου:

Ο Γέροντας Πορφύριος έδινε προβάδισμα στην ασθένεια της ψυχής, ανεξάρτητα αν η σωματική ασθένεια ήταν πολύ σοβαρή. Οι περισσότεροι από εκείνους που τον επισκέπτονταν πίστευαν ότι η σωματική ασθένεια μπορούσε να τους κλονίσει την πίστη στο Θεό, με αποτέλεσμα να βλάπτουν και την ψυχική τους υγεία. Ο Γέροντας ήταν αντίθετος προς την άποψη αυτή και θεωρούσε ότι η ανεπίγνωστη ασθένεια της ψυχής τους, η αμαρτία, τους «έκλεινε τα μάτια» και δεν έβλεπαν το υψηλό παιδαγωγικό νόημα της σωματικής τους ασθένειας, που επέτρεπε η αγάπη του Θεού.¹⁰ Η άποψη του γέροντα Πορφυρίου περί της σωματικής ασθένειας μας βάζει σε σκέψεις. Τι να εννοούσε άραγε, όταν έλεγε ότι η αρρώστια δρα παιδαγωγικά στην ψυχή του ανθρώπου;

Μία χαρακτηριστική διήγηση για το θέμα αναφέρει χαρακτηριστικά: Σε μια θρησκευτική συνάθροιση ένας ψυχίατρος είχε πει ότι η ψυχιατρική δε γιατρεύει την ψυχή του ανθρώπου, αλλά το νευρικό του σύστημα. Σύμφωνα με το γέροντα, «ψυχασθενής» είναι μόνο ο αμετανόητος αμαρτωλός, καθώς η ψυχή του ασθενεί και υποφέρει από τα πάθη. Μόνος αρμόδιος για τη γιατρεία των παθών που βαραίνουν την ψυχή του ανθρώπου είναι ο Χριστός. Ο Γέροντας που είναι κατά

⁸ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ Μοναχή, ο.π., σ. 110.

⁹ ο.π., σσ. 111- 112.

¹⁰ Γέροντος ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, «Ανθολόγιο Συμβούλων», Εκδόσεις η Μεταμόρφωση του Σωτήρος, Μήλεσι Αττικής- Δεκέμβριος 2002, σ. 84.

χάριν του Χριστού Άγιος, μπορεί να θεραπεύσει την αμαρτωλή ψυχή, πόσο μάλλον την ασθένεια του σώματος.

Ο Γέροντας τα φάρμακα δεν τα απέρριπτε, αλλά δεν απέδιδε σε αυτά απόλυτη αξία ως προς το θεραπευτικό τους ρόλο. Έλεγε χαρακτηριστικά: «Φάρμακο σημαίνει φαρμάκι. Μη νομίζεις ότι τα φάρμακα κάνουν μόνο καλό στον οργανισμό του ανθρώπου. Κάνουν και κακό. Γιατί παίρνουμε τα φάρμακα; Επειδή αρρωσταίνουμε. Και γιατί αρρωσταίνουμε; Επειδή στεναχωριόμαστε. Και γιατί στεναχωριόμαστε; Επειδή αμαρτάνουμε. Αν, όμως, αφήσουμε το Χριστό να κατοικήσει σε ολόκληρη την ψυχή μας, τότε φεύγει η αμαρτία, φεύγει η στεναχώρια, φεύγει η αρρώστια και πετάμε και τα φάρμακα».¹¹ Σε αυτό το σημείο είναι απαραίτητο να εξαιρέσουμε τις περιπτώσεις κατά τις οποίες ο Θεός επέτρεψε να ασθενήσουν Άγιοι, όπως ο Άγιος Βασίλειος και ο Άγιος Νεκτάριος, όχι επειδή δεν αγαπούσαν το Θεό, αλλά για να τους κρατήσει ταπεινούς, μακριά από την υψηλοφροσύνη, ώστε να διατηρήσουν σε υψηλά επίπεδα την πνευματική τους καθαρότητα.

Ο Γέροντας χρησιμοποιούσε συγκεκριμένη μέθοδο, για να προσεγγίσει την αλήθεια. Συγκεκριμένα, πάντοτε ξεκινούσε από την επιφάνεια του θέματος και κατευθυνόταν στο βάθος και στην ουσία του χρησιμοποιώντας το εξής σχήμα: *Απουσία του Χριστού από την ψυχή μας → αμαρτία → αρρώστια → λήψη φαρμάκων*. Επομένως, αν αλλάξουμε το πρώτο σκαλί του σχήματος που αποτελεί και το θεμέλιό του και το αντικαταστήσουμε με την κατοίκηση του Χριστού στην ψυχή μας, τότε όλα τα παραπάνω είναι δυνατόν να αποφεύγονται ή να παρουσιάζονται σπανιότερα.

Ακόμη είχε πει το εξής: «Όταν αρρωσταίνουμε, για να μην κάνουμε λάθη, πρέπει να ακολουθούμε και τις οδηγίες της ιατρικής και της λογικής. Πάνω από όλα, όμως, να ακολουθούμε το θέλημα του Θεού και να έχουμε εμπιστοσύνη στην αγάπη Του».¹² Διακρινόταν πάντα από το χάρισμα να εναρμονίζει τον υψηλό πνευματικό προορισμό του ανθρώπου με τις υλικές ανάγκες του. Άλλωστε, ο Θεός προίκισε τον άνθρωπο με νου και λογική, τον «έπλασε» κατ' εικόνα και καθ' ομοίωση, ώστε να μπορεί να προοδεύει, να εξελίξει την ιατρική επιστήμη και κατά συνέπεια να βοηθά τον ίδιο και τους συνανθρώπους του να αποκτήσουν μία καλύτερη ποιότητα ζωής.

¹¹ Γέροντος ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 86.

¹² ο.π., σ. 87.

Ο γέροντας Πορφύριος μίλησε ακόμη και για τη ζήλια ως πάθος και πώς κατατρώει την ψυχή του ανθρώπου και κατ' επέκταση τη σωματική του υγεία. Είχε αναφέρει χαρακτηριστικά: «Οι γυναίκες που ζηλεύουν τους άνδρες τους παθαίνουν πολλές φορές καρκίνο. Όλες οι αρρώστιες προέρχονται από τις στεναχώριες. Ακόμα και η πέτρα στα νεφρά».¹³ Με την παραπάνω άποψη ο Γέροντας επιθυμούσε να τονίσει ότι η ζήλια, ο φθόνος και η λύπη φθείρουν την ψυχή και κατά συνέπεια ασθενεί το σώμα, καθώς σάρκα και πνεύμα είναι άρρηκτα συνδεδεμένα μεταξύ τους.

Σχετικά με τις οργανικές λειτουργίες πρόβαλε το εξής επιχείρημα: «Όταν ο χριστιανός παραδώσει τον εαυτό του με εμπιστοσύνη στον Κύριο, εκείνος ειρηνεύει τον εσωτερικό οργανισμό, με αποτέλεσμα την κανονική λειτουργία των οργάνων και των αδένων και πάλι έχουμε ως επακόλουθο υγεία, απαλλαγμένη από ενοχλήματα. Η αμαρτία, η ταραχή και ο εγωισμός φέρνουν τότε αύξηση, τότε ελάττωση της κανονικής λειτουργίας, με επακόλουθο την ασθένεια. Ξέρει ο οργανισμός το κανονικό, τη μέση οδό και εκκρίνει εν γαλήνη και ηρεμία. Για παράδειγμα, όταν είχα έλκος, μου έδωσε ο γιατρός αυτό το φάρμακο. Μου το έδειξε ήταν το zantac. Μόλις το πήρα, αμέσως πέρασαν οι πόνοι. Α! λέω. Δεν είναι καλό αυτό. Κάποια άλλη ζημιά θα κάνει στον οργανισμό. Και δεν ξαναπήρα. Προτίμησα να υποφέρω τον πόνο».¹⁴ Η απόλυτη πίστη του Γέροντα στο Θεό Δημιουργό είναι ολοφάνερη, αφού το ανθρώπινο σώμα απέκτησε «ψυχή ζώσα» με τη θεϊκή πνοή, όπως αναφέρεται στο κεφάλαιο 2,7 της Γενέσεως. Σε περίπτωση που ο άνθρωπος αποκοπεί από την πηγή της ζωής, χάνουν τη δύναμή τους και την υγεία τους ακόμη και τα ζωτικά όργανα της σάρκας του.

Η άποψή του για τη νηστεία ήταν θετική και έλεγε σχετικά: «Η νηστεία είναι ένας σωστός τρόπος ζωής. Δεν κινδυνεύει κανείς από τη νηστεία. Δεν παθαίνουν τίποτα. Ξέρω πολύ καλά ότι δεν έχουν αρρωστήσει ποτέ».¹⁵ Η νηστεία καθαρίζει το σώμα και το εξασκεί να είναι ανεκτικό και αμυντικό στα βέλη των πειρασμών. Σε περιόδους αυστηρής νηστείας, όπως για παράδειγμα τη Μεγάλη Εβδομάδα, η θεία χάρις μεσολαβεί, ώστε η σάρκα να ισχυροποιείται και να μην αντιμετωπίζει προβλήματα υγείας. Μπορεί, λοιπόν, το στομάχι να μη βρίθει φαγητού, αλλά το

¹³ Γέροντος ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 88.

¹⁴ αυτόθι.

¹⁵ ο.π., σ. 89.

πνεύμα του ανθρώπου «τρέφεται» και ανυψώνεται προς τα άνω. Δεν είναι τυχαίο, άλλωστε, ότι πολλοί νηστεύουν και για τη εξισορρόπηση της υγείας τους.

Ο Γέροντας ποτέ δε ζήτησε από το Θεό να θεραπεύσει τις ασθένειές του. Υποστήριζε ότι «η ασθένεια είναι θεία επίσκεψη».¹⁶ Πίστευε ότι ο υγιής και ο πλούσιος άνθρωπος απέχουν εξίσου από την είσοδο στον Παράδεισο. Κάποιος τον ρώτησε, γιατί, ενώ έχει θεραπεύσει τόσες ανίατες ασθένειες, όπως τον καρκίνο, δε βοηθά τον ίδιο του τον εαυτό. Εκείνος απάντησε ότι ποτέ δε θα το έκανε αυτό, γιατί δεν ήθελε να εκβιάσει το Θεό. Ποτέ δε διαμαρτυρόταν και δεν αγανακτούσε για τους πόνους που ένιωθε, αλλά παρακαλούσε τον Ιησού να τον δυναμώσει και να τον ενισχύσει και όχι να τον απαλλάξει από την αρρώστια.

Θεωρούσε τις ασθένειες πολύ μεγάλη ευλογία του Θεού. Έβλεπε μέσα από τον πόνο και τις ασθένειες την παρουσία του Θεού στον άνθρωπο. Κι αυτό γιατί, όταν ο άνθρωπος υποφέρει και αρρωσταίνει, νιώθει την αδυναμία του και δεν μπορεί να στηριχθεί στον εαυτό του. Σε αυτό το σημείο είναι απαραίτητη η παρουσία και η αγάπη του Δημιουργού του. Με την αδιάλειπτη προσευχή ο άνθρωπος επικοινωνεί με το Θεό, δυναμώνει και διαφωτίζεται. Η αρρώστια δεν αφήνει τον άνθρωπο να εμπιστεύεται τις δικές του δυνάμεις και γίνεται πραγματική ευεργεσία. Γι' αυτό το λόγο έλεγε ο Γέροντας Πορφύριος: «Να μην παρακαλάτε το Θεό να σας κάνει καλά. Εκείνος ξέρει τι είναι το καλό σας. Και θα ενεργήσει με την άπειρη αγάπη Του, που έχει για τον άνθρωπο».¹⁷ Συμβούλευε τα πνευματικά του παιδιά, όταν αρρώσταινε: «Να παρακαλάτε να γίνω καλός, όχι να γίνω καλά».¹⁸ Χρησιμοποιώντας τη ρίζα της λέξης καλός και μετατρέποντάς την από επίθετο (καλός) σε επίρρημα (καλά), επιθυμούσε να τονίσει ότι η αγιότητα υπερτερεί της υγείας.

Μία μέρα επισκέφτηκε τον Γέροντα ένας μοναχός ο οποίος ήταν δερματολόγος, για να εξετάσει το χέρι του που είχε μία δερματική πάθηση. Ο γιατρός- μοναχός του έδωσε μία αλοιφή, για να τον θεραπεύσει κι εκείνος του απάντησε: «Πάτερ Ανδρέα, αυτό το πράγμα στο χέρι μου ο Θεός εμένα μου το έδωσε και έρχεσαι τώρα εσύ να μου το πάρεις; Και δε δέχτηκε να πάρει την αλοιφή».¹⁹ Με αυτή του τη φράση ο Γέροντας δεν εννοεί ότι η ασθένεια είναι δημιούργημα του Θεού, καθώς είναι τέλειος και αποκομμένος από κάθε είδους

¹⁶ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ο.π., σ. 92.

¹⁷ ο.π., σ. 94.

¹⁸ ο.π., σ. 95.

¹⁹ Αυτόθι.

φθορά. Σε αυτή την περίπτωση θεωρεί την αρρώστια από τη μία πλευρά ως απόρροια του προπατορικού αμαρτήματος, αλλά ταυτόχρονα τη χρησιμοποιεί, για να ξεπεράσει την κατάσταση της πτώσεως, να προσεγγίσει το Θεό και να επιτύχει το καθ' ομοίωση.

Σχετικά με την αναζήτηση της ευτυχίας στη ζωή και την αποφυγή του φόβου, συμβούλευε τα εξής: «Να διαβάσεις την Αγία Γραφή, να πηγαίνεις στην Εκκλησία, να έχεις πνευματικό, να κοινωνείς. Τότε θα βρεις τη χαρά που ψάχνεις. Βλέπεις ότι εγώ τώρα πονώ, αλλά είμαι ευτυχισμένος. Έτσι κι εσύ, όταν πλησιάσεις λίγο το Χριστό, θα βρεις χαρά στη ζωή σου».²⁰ Είναι αυτό που αναφέρει χαρακτηριστικά ο Καθηγητής Αλέξανδρος Σταυρόπουλος: «Γι' αυτό, ο σημερινός άνθρωπος, που συνειδητοποιεί την αρρώστιά του και την α-σθένειά του με ποικίλους τρόπους και σε όλο το φάσμα του ψυχοσωματικού του είναι, μπορεί να αντιδράσει με διαφορετικούς επίσης τρόπους: Είτε α) να βυθισθεί στην έσχατη απελπισία γιατί δεν περισσεύει πια γι' αυτόν υπομονή, είτε β) να ξεσηκωθεί και να εξεγερθεί ενάντια στις απρόσωπες ή προσωπικές δυνάμεις που τον καθηλώνουν ακινητοποιημένο, είτε γ) να απευθυνθεί στον Μόνο που μπορεί με τρόπο καθολικό και ολοκληρωμένο να τον εγείρει και να τον αποκαταστήσει»²¹.

Ο Γέροντας ήταν τόσο δίκαιος και θεοσεβής άνθρωπος που όταν ήταν νεώτερος, παρακάλεσε το Θεό να του στείλει την αρρώστια του καρκίνου, για να πονά για την αγάπη Του. Πολλές φορές υποστήριζε ότι οι άνθρωποι μπορούν να γίνουν καλά από αθεράπευτες ασθένειες με τη δύναμη της πίστεως. Αν ο ασθενής εγκαταλείψει τη φυσική γνώση των γιατρών και αφήσει τα πάντα στα χέρια του Θεού, τότε η πρόνοια του Θεού θα τον θεραπεύσει. Έλεγε χαρακτηριστικά ότι όποιος έχει πίστη, δε χρειάζεται τους γιατρούς.²²

Ο Γέροντας Πορφύριος δεν αναιρούσε, ούτε υποτιμούσε το ρόλο της ιατρικής, αλλά σε καμία περίπτωση δε συνέκρινε τον Παντοδύναμο με ένα δημιούργημα της ανθρώπινης λογικής, όπως είναι η ιατρική. Σύμφωνα με την άποψή του, λοιπόν, ο άνθρωπος μπορεί να θεραπευτεί με τη βοήθεια της ιατρικής, αλλά πάνω από όλα με την εμπιστοσύνη στη δύναμη του Θεού, που είναι ο μεγαλύτερος ιατρός της ψυχής και του σώματος. Ο Θεός, άλλωστε, είναι ο δημιουργός της επιστήμης της ιατρικής, γιατί αν δεν είχε προικίσει τον άνθρωπο με

²⁰ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 96.

²¹ Αλεξάνδρου Μ. ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ, *Στιγμιότυπα και Περιπλανήσεις σε δρόμους Ποιμαντικής Διακονίας*, Εκδόσεις Λύχνος, Αθήνα, σ.123.

²² ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 103.

το χάρισμα της λογικής, δε θα είχε κατορθώσει ο τελευταίος τόσο σημαντικά επιτεύγματα και ανακαλύψεις.

Όταν πληροφορήθηκε το δυσάρεστο νέο ότι έπασχε από καρκίνο, η αντίδραση του γέροντα αφήνει άφωνο κάθε άνθρωπο που προσπαθεί να προσεγγίσει την αντίδρασή του και τη σκέψη του με την κοσμική λογική: «Δόξα σοι ο Θεός. Μετά από τόσα χρόνια δεν ξέχασες το αίτημά μου. Έχω καρκίνο στην υπόφυση. Αυτή έχει κάνει όγκο που μεγαλώνει και πιέζει το οπτικό χίασμα. Γι' αυτό άρχισα να μη βλέπω». ²³ Όταν πονούσε έκανε υπομονή και προσευχόταν. Στον πολύ πόνο δεν μπορούσε να προσευχηθεί, αλλά, ούτε γόγγυζε, ούτε παραπονιόταν. Κάθε φορά που ένας μοναχός τον προέτρεπε να πάρει κάποιο παυσίπονο, εκείνος απαντούσε: «Δεν παίρνω. Δεν ξέρει ο Χριστός ότι πονάω; Το ξέρει. Λοιπόν, σηκώνω το σταυρό του Χριστού υπομονετικά. Πώς σου φαίνεται αυτό; Μπορεί να με πουν τρελό. Όμως, μου αρέσει αυτή η τρέλα. Δε σε υποχρεώνω να κάνεις κι εσύ το ίδιο. Εσύ, όπως το καταλαβαίνεις, όσο μπορείς. Εγώ έτσι το καταλαβαίνω». ²⁴ Είναι φανερό, λοιπόν, ότι ο Γέροντας είχε τόση απέραντη αγάπη και εμπιστοσύνη στο Θεό, που είχε αφήσει τη ζωή του απόλυτα στα χέρια Του.

Γι' αυτούς που ασθενούν έδινε τις εξής συμβουλές: «Όταν είσαι άρρωστος, ξέρεις τι πρέπει να κάνεις; Να παρακαλές το Θεό να συγχωρήσει τις αμαρτίες σου. Κι ο Θεός, επειδή θα τον παρακαλές πονεμένος και ταπεινωμένος, θα σου συγχωρήσει τις αμαρτίες και θα σε κάνει καλά και στο σώμα. Αλλά πρόσεξε: Να μην προσεύχεσαι με υστεροβουλία, να μη λες, «Θεέ μου, συγχώρησε τις αμαρτίες μου» και το μυαλό σου να είναι προσκολλημένο στη σωματική σου ασθένεια. Μια τέτοια προσευχή δε θα έχει αποτέλεσμα. Εσύ, όταν προσεύχεσαι, να ξεχνάς τη σωματική σου αρρώστια, να την αποδέχεσαι σαν κανόνα, σαν επιτίμιο, για την άφεση των αμαρτιών σου. Για τα παραπέρα μην ανησυχείς. Άφησέ τα στο Θεό κι ο Θεός ξέρει τη δουλειά Του». ²⁵ Ο Γέροντας θεωρούσε ως αιτία της ασθένειας του σώματος την ασθένεια της ψυχής, δηλαδή τις αμαρτίες. Με την ένθερμη και αληθινή προσευχή ο άνθρωπος θεραπεύεται ψυχικά και κατά συνέπεια, όταν ο Θεός κρίνει ότι είναι η κατάλληλη στιγμή θα τον θεραπεύσει και σωματικά. Η ρίζα,

²³ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 103.

²⁴ ο.π., σ. 104.

²⁵ ο.π., σ.σ. 104-105.

λοιπόν, της αρρώστιας βρίσκεται στην ψυχή και οι ασθένειες του σώματος είναι μόνο οι κλάδοι της.

Άλλη μία άποψη του Γέροντα Πορφυρίου η οποία αποδεικνύει την αγνότητα και την αγιότητα της ψυχής του είναι η εξής: «Το φάρμακο με το οποίο καταπολεμείται ο καρκίνος είναι πολύ εύκολο και οι γιατροί το “συναναστρέφονται” καθημερινά και το έχουν μπροστά στα μάτια τους, όπως με τη χάρη του Θεού και εγώ το γνωρίζω. Ο Θεός, όμως, δεν τους το αποκαλύπτει, γιατί τα τελευταία χρόνια εξαιτίας αυτής της ασθένειας έχει γεμίσει ο Παράδεισος»!²⁶ Η παραπάνω άποψη μπορεί να ακούγεται σκληρή, καθώς κανένας άνθρωπος δε θα επιθυμούσε να είχε προσβληθεί από την ασθένεια του καρκίνου και κανένας δε θα ήθελε να βλέπει ένα αγαπημένο του πρόσωπο να υποφέρει και να πεθαίνει από αυτό. Ούτε και ο ίδιος ο Γέροντας, εκφράζοντας τη γνώμη αυτή, δείχνει ότι θα ήθελε να χάνονται άνθρωποι από την φρικτή αυτή αρρώστια. Διαβάζοντας κανείς το Γέροντα Πορφύριο θα πρέπει να έχει υπόψη του ότι βρισκόταν σε πνευματικό επίπεδο διαφορετικό από εκείνο που ζουν τα άτομα της καθημερινότητας. Σκοπός του ήταν η σωτηρία των ψυχών των ανθρώπων, ώστε κατά πρώτον να ζουν ευτυχισμένα επί της γης και κατά δεύτερον να εξασφαλίσουν μια θέση στην αιώνια ζωή, την πραγματική ζωή.

Με την ικανότητα, όμως, της διάκρισής του έλεγε σε ορισμένες περιπτώσεις: «Αυτός, παιδί μου, πρέπει να γίνει καλά με τα φάρμακα που του δίνουν οι γιατροί, γιατί έτσι το θέλει ο Χριστός».²⁷ Ξεχώριζε με το φωτισμένο του νου ότι σε συγκεκριμένες περιστάσεις ο Θεός επέτρεπε η χρήση των φαρμάκων να θεραπεύσουν τον ασθενή. Πάντοτε, όμως, είχε ως κριτήριο τη βούληση και την παντοδυναμία του Θεού. Άλλωστε, ο Θεός προίκισε τον άνθρωπο με τη δύναμη της γνώσεως, για να μπορεί να ανακαλύπτει σπουδαία επιτεύγματα που θα βελτιώσουν και θα παρατείνουν τη ζωή του, όπως είναι οι αντιβιώσεις, τα εμβόλια και τα εξειδικευμένα φάρμακα για κάθε ασθένεια.

Δεν ήταν λίγες οι φορές που έδινε συμβουλές για τη διατήρηση της υγείας σαν να ήταν γιατρός. Έλεγε χαρακτηριστικά: «Να προσέχεις τη δίαιτά σου, να μην τρως τροφές που πειράζουν την πάθησή σου και παχαίνουν. Να μη μένεις πολλές ώρες στο κρεβάτι, γιατί θα αρρωστήσεις ξανά. Να κινείσαι, να ασκείσαι, αλλά με μέτρο. Να περπατάς, αλλά ούτε πολύ γρήγορα, ούτε πολύ αργά, ούτε σε

²⁶ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 106.

²⁷ ο.π., σ. 108.

ανηφορίες, ούτε σε κατηφορίες, ούτε σε μεγάλο υψόμετρο, ούτε σε μικρό. Να βαδίζεις, με κανονικό ρυθμό, σε ίσιο μέρος, χωρίς να κουράζεσαι. Να βγαίνεις έξω. Δε θα σου πω που να πας. Πήγαινε όπου σου αρέσει, φθάνει να είναι έξω από την Αθήνα, μακριά από τα καυσαέρια, που σε βλάπτουν πολύ στην υγεία σου. Να μη βγαίνεις έξω στο πολύ κρύο και στην πολλή ζέστη. Όταν βγαίνεις στο κρύο, να κρατάς ένα μαντήλι μπροστά στη μύτη και το στόμα σου, για να μην αναπνέεις ψυχρό αέρα και στη ζέστη να φοράς καπέλο, για να μη σε πειράξει ο ήλιος στο κεφάλι. Να προσέχεις πολύ την ψυχική πίεση και το άγχος, που αισθάνεσαι στην εργασία σου. Ξέρω ότι εκεί δε σε πιέζουν και εξωτερικά φαίνεσαι ήρεμος, αλλά εσωτερικά καταπιέζεις μόνος σου τον εαυτό σου, για να μην υστερήσεις ως προς τους άλλους και για να αποδώσεις καλύτερη και περισσότερη εργασία. Είδες τώρα, που πήρες αναρρωτική άδεια και έμεινες αρκετές μέρες μακριά από αυτή την εργασία, πόσο ηρέμησες εσωτερικά; Όταν θα κάνεις άλλου είδους εργασία, δε θα έχεις άγχος. Να διαβάζεις πατερικά βιβλία και να προσεύχεσαι. Προ πάντων να μη στεναχωριέσαι. Έτσι η υγεία σου θα πάει καλύτερα. Όσο πιο πολύ θα αγαπάς το Χριστό, τόσο πιο πολύ θα χαίρεσαι και τόσο πιο λίγο θα στεναχωριέσαι. Όλα να τα κάνεις με αγάπη και ευχαρίστηση, χωρίς πίεση και άγχος. Να παίρνεις και τα φάρμακά σου. Ίσως κάποτε να τα πετάξεις κι αυτά».²⁸

Κάποιος είχε ρωτήσει το Γέροντα από πού προέρχεται η αυξημένη χοληστερίνη που διαπιστώθηκε στο αίμα του και εκείνος απάντησε: «Προέρχεται από τη στεναχώρια σου και από την τροφή σου».²⁹ Υποστήριζε ότι η ανθυγιεινή διατροφή, καθώς και επιβαρημένη ψυχική κατάσταση είναι δυνατόν να προκαλέσουν προβλήματα υγείας που φθείρουν και βασανίζουν τον άνθρωπο, γεγονός που το παραδέχονται και οι παθολόγοι. Η ψυχική και σωματική υγεία είναι στενά συνδεδεμένες μεταξύ τους και η μία επηρεάζει την άλλη σε μεγάλο βαθμό.

Ο Γέροντας δε συμπαθούσε την υπερβολική χρήση φαρμάκων, αλλά σεβόταν τους γιατρούς και παραδεχόταν τα φάρμακα σαν αναγκαίο κακό. Δεν είχε ασχοληθεί μόνο με τις σωματικές ασθένειες, αλλά και την ψυχοπάθεια και τη νευρασθένεια που ιδιαίτερα στην εποχή μας έχουν σημειώσει μεγάλη έξαρση. Την ψυχική αποδιοργάνωση που ένιωθε ο άνθρωπος, όταν έφθανε σε αδιέξοδο εξαιτίας των προβλημάτων την ονόμαζε «ξεκούρδισμα».³⁰ Θεωρούσε ότι η

²⁸ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ.σ. 112-113.

²⁹ ο.π., σ. 114.

³⁰ ο.π., σ. 450.

νευρασθένεια είναι μεταδοτική και χρησιμοποιούσε τα εξής επιχειρήματα: «Τα άυλα μικρόβια της νευρασθένειας πετάνε. Πετάνε όπως τα κουνούπια και προσβάλλουν την ψυχή. Καλό είναι να βοηθάς το νευροπαθή, αλλά πρέπει να προστατεύεις και τη δική σου ψυχή με τη χάρη του Χριστού».³¹ Και προσέθετε: «Σήμερα οι γιατροί τα ψυχικά τραύματα τα λένε ψυχασθένειες, ενώ στην πραγματικότητα είναι δαιμονική επίδραση και οφείλεται στις αμαρτίες».³²

Έδινε πολύτιμες συμβουλές στους ανθρώπους που είχαν κλονισθεί τα νεύρα τους, όπως να φροντίζουν να διώχνουν τις δυσάρεστες αναμνήσεις και φοβίες, να θυμούνται ευχάριστα γεγονότα, να καλλιεργούν πάντοτε αισιόδοξες σκέψεις για το μέλλον, να ακούν καλή μουσική, που τους αρέσει, να βγαίνουν περιπάτους στην εξοχή, να έχουν χριστιανικό φιλικό κύκλο, να πηγαίνουν εκτός από τη Θεία Λειτουργία της Κυριακής, σε Εσπερινούς και αγρυπνίες και να προσεύχονται με εμπιστοσύνη στο Χριστό.

Η λύση που πρόβαλλε για τη θεραπεία των ψυχικών ασθενειών ήταν να στρέψει ο άνθρωπος τα συναισθήματα του προς το Άγιο Πνεύμα. Όταν ο άνθρωπος στηριχθεί μόνο στις δικές του δυνάμεις και στη θέλησή του κάποια στιγμή χάνει την ισορροπία του. Ο δρόμος που μπορεί πραγματικά να στερεώσει τον άνθρωπο και να θεμελιώσει στην ψυχή του την ευτυχία είναι η οδός της αγάπης του Θεού. Η ζωοποιός χάρη του Αγίου Πνεύματος λειτουργεί σαν «βιταμίνη» που αναζωογονεί το σώμα και ενδυναμώνει την ψυχή.

Ακόμα και για την κατάθλιψη είχε δώσει ο σοφός Γέροντας μία λαμπρή απάντηση. Συνιστούσε στους ανθρώπους που ταλαιπωρούνταν από την κατάθλιψη εργασιοθεραπεία και προσευχή. Πολλοί από εκείνους που τήρησαν τη συμβουλή του γαλήνεψαν. Ο Γέροντας έφερε ξανά στα πρόσωπά τους τη χαρά με τη χάρη του Χριστού. Όσον αφορά την άποψη ότι τα ψυχικά νοσήματα είναι κληρονομικά, έδινε την εξής απάντηση που αφοπλίζει: «Όλα αυτά που γράφουν οι γιατροί είναι από τον παλαιό άνθρωπο που έχουμε μέσα μας. Όταν, όμως, αγαπήσουμε το Χριστό με όλη μας την ψυχή, όταν έρθει ο θείος έρωτας μέσα μας, τότε όλα τα προβλήματα φεύγουν και γεμίζουμε με πνευματική χαρά.(...)Οι ψυχίατροι και οι ψυχολόγοι μιλούνε για απωθημένα και κληρονομικά, γιατί δε γνωρίζουν την ανθρώπινη ψυχή, που μόνο με το θείο έρωτα θεραπεύεται και ζει

³¹ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 450.

³² ο.π., σ. 451.

στην εν Χριστώ χαρά».³³ Ο Γέροντας φωτισμένος από τη θεία χάρη ήταν ικανός πρώτα από όλα να εισέλθει σε ένα βαθύτατο νόημα που είναι η αιτία των ασθενειών και των πόνων. Με τη φράση «από τον παλαιό άνθρωπο που έχουμε μέσα μας» υπονοεί το προπατορικό αμάρτημα που περνά κληρονομικά από γενιά σε γενιά και που οδήγησε στην απώλεια των δώρων της Αρχέγονης Δικαιοσύνης της περιόδου πριν από την πτώση του ανθρώπου και είναι τα εξής: η δυνατότητα της αθανασίας, η δυνατότητα της αναμαρτησίας, η αθωότητα, η ακακία, η αγαθότητα, η απάθεια, η αφθαρσία, η έλλειψη πόνων, η αληθής θεογνωσία και η κατοχή πολλών γνώσεων.³⁴ Από την άλλη πλευρά βλέπουμε ότι παρόλο που ο Γέροντας δε χαρακτηριζόταν από την ιδιαίτερη μόρφωση του, ήξερε να ξεχωρίζει τον ψυχολόγο, τον ψυχαναλυτή και τον ψυχίατρο, καθώς τους αναφέρει σε διαφορετικές κατηγορίες επαγγελματιών που ασχολούνται με τα ψυχικά νοσήματα, αλλά από διάφορη οπτική γωνία, καθώς μόνο ο τελευταίος μπορεί να χορηγήσει φάρμακα.

Ο γέροντας ως ουσιαστικός «ψυχίατρος» που ήταν, εξέφραζε τους ενδοιασμούς του για την ψυχιατρική. Μάλιστα όταν κάποια μέρα τον ρώτησαν αν είχε παρακολουθήσει μαθήματα ψυχιατρικής, ξαφνιασμένος απάντησε: «Πού το έμαθες, μωρέ, αυτό; Ξέρεις, καθώς σκεπτόμουν μου γεννήθηκε η απορία: Πώς είναι δυνατόν να υπάρχουν ψυχίατροι, που δεν πιστεύουν στην ψυχή; Έτσι σηκώθηκα και πήγα μερικές φορές στο Πανεπιστήμιο και παρακολουθούσα μαθήματα ψυχιατρικής. Ε, κάτι προσπαθούν να κάνουν, αλλά τι να κάνουν; Οι ψυχίατροι και οι ψυχολόγοι μοιάζουν με τον τυφλό, που με την αφή προσπαθεί να καταλάβει τα πράγματα, που βρίσκονται γύρω του. Η ψυχή είναι πολύ βαθιά και μόνο ο Θεός την γνωρίζει».³⁵ Μία άλλη φορά είχε πει: «Την ψυχιατρική δεν την θέλω, όμως, τους ψυχιάτρους τους αγαπώ»³⁶. Με αυτό τον τρόπο ήθελε να δώσει έμφαση στη μοναδικότητα του ανθρώπου και όχι στο δημιούργημα του ανθρώπινου νου, όπως είναι η ψυχιατρική επιστήμη, που ουσιαστικά δε θα υπήρχε, αν ο Θεός δεν είχε δωρίσει τη δύναμη της λογικής και της δημιουργικότητας. Όταν, όμως, το έκρινε απαραίτητο παρέπεμπε στο ψυχίατρο

³³ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 84.

³⁴ Νικολάου Ευθ. ΜΗΤΣΟΠΟΥΛΟΥ, «Θέματα ορθοδόξου δογματικής θεολογίας (Πανεπιστημιακά παραδόσεις Δογματικής)», Αθήναι- 2001, σ. 71.

³⁵ Κωνσταντίνου ΓΙΑΝΝΙΤΣΙΩΤΗ, «Κοντά στο Γέροντα Πορφύριο (ένα πνευματικοπαίδι του θυμάται)», Εκδόσεις Ιερού Γυναικείου Ησυχαστηρίου η Μεταμόρφωσης του Σωτήρος, Αθήναι-Φεβρουάριος 1995, σ. 199.

³⁶ Αυτόθι.

ασθενείς, που μάλιστα έκανε πολλές φορές τη διάγνωση της ψυχοπάθειας εξ αποστάσεως.

Μία γυναίκα που είχε χάσει το σύζυγό της και είχε γίνει καταθλιπτική, την είχε συμβουλευσει ως εξής: «Τον εαυτό σου έχασες, γιατί έχασες την πίστη σου. Δεν έχασες τον άνδρα σου. Του Θεού ήταν και τον πήρε, όπως θα πάρει και εμάς. Βλέπω ότι από την πολλή στεναχώρια, έπεσες σε μελαγχολία και δημιουργήσες προβλήματα, όχι μόνο για σένα, αλλά και για τα παιδιά σου που, καθώς σε βλέπουν κάθε μέρα να κλαις απαρηγόρητα, πληγώθηκαν»³⁷. Φαίνεται με αυτή του τη διαπίστωση ότι γνωρίζει πολύ καλά την ευαισθησία της παιδικής και νεανικής ηλικίας. Οι άνθρωποι σε αυτή την κρίσιμη ηλικιακή φάση επηρεάζονται από το κλίμα του οικογενειακού τους περιβάλλοντος. Η συμπεριφορά και η διάθεση του γονέα μπορεί να προκαλέσει ανεπανόρθωτα τραύματα στις αθώες παιδικές ψυχές.

Σε μία άλλη περίπτωση που ένα παιδί ήταν νευρασθενικό, συμβούλευσε τη μητέρα του να απομακρύνει τις κακές συναναστροφές, γιατί μολύνεται η ωραία ψυχή του παιδιού. Η θεραπεία του θα ήταν δυνατή μόνο με τον εξαγιασμό της μητέρας, που θα άρχιζε από το κόψιμο του καπνίσματος.³⁸ Με αυτό τον τρόπο αναγνώριζε τη σπουδαιότητα του ρόλου της μητέρας στη διαμόρφωση της προσωπικότητας και στη διατήρηση της ψυχικής υγείας του παιδιού της. Ακόμη έλεγε χαρακτηριστικά για το κάπνισμα: «Το τσιγάρο δεν κάνει καλό πουθενά. Αντίθετα, φέρνει καρκίνους και άλλες αρρώστιες».³⁹

Σχετικά με τα ψυχοφάρμακα τόνιζε ότι δεν είναι πανάκεια, αφού «σήμερα θα σε ναρκώσει, αύριο μπορεί να σου έρθει πιο μεγάλη κατάθλιψη».⁴⁰ Πίστευε ότι στα νεύρα, στο άγχος και στις ψυχασθένειες υπάρχει ο διάβολος που «ανακατεύει»⁴¹ τον άνθρωπο. Ο διάβολος τελεί αυτό ακριβώς που σημαίνει η ετυμολογία της ίδιας της λέξης, δηλαδή δια-βάλλω, βάζω το κακό στη σκέψη κάποιου με ύπουλο και έμμεσο τρόπο, με αποτέλεσμα να του δημιουργήσω ψυχικό και πνευματικό πρόβλημα. Την επίθεση του σατανά στην ψυχή του ανθρώπου την περιέγραφε ως εξής: «Όταν σου κάνει κλοιό ο σατανάς και σε πιέζει, μη μένεις ακίνητος, όπως μερικοί που μελαγχολούν και σκέπτονται επί ώρες, σαν να τους απασχολούν πολύ σοβαρά προβλήματα, ενώ δε συμβαίνει

³⁷ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 217.

³⁸ ΓΙΑΝΝΙΤΣΙΩΤΗ, ο.π., σ. 201.

³⁹ ο.π., σ.σ. 301-302.

⁴⁰ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 217.

⁴¹ ο.π., σ. 218.

τίποτε από αυτά. Απλώς τους έχει καθλώσει ο σατανάς. Να έχεις ετοιμότητα αντιδράσεως, να αντιστέκεσαι, να αποκρούεις την πολιορκία του σατανά, όπως ένας άνθρωπος που τον πιάνουν κάποιοι κακοποιοί και τον καθλώνουν και εκείνος κάνει μία απότομη κίνηση και τινάζοντας τα χέρια του, τους πετά από εδώ και από εκεί, ξεφεύγει το σφίξιμό τους και στρέφεται προς άλλη κατεύθυνση, προς το Χριστό που τον ελευθερώνει».⁴² Αυτό, λοιπόν, το εσωτερικό «μπέρδεμα», όπως έλεγε χαρακτηριστικά ο γέροντας, συμβαίνει μόνο όταν ο άνθρωπος απομακρυνθεί από την αγάπη του Χριστού, που λειτουργεί ως ασπίδα προστασίας.

Ο γέροντας μπορεί να ήταν ο ίδιος ασθενικός, αλλά ήταν προικισμένος με το χάρισμα της ιάσεως. Είχε θεραπεύσει ανθρώπους από σωματικά νοσήματα και ψυχικές διαταραχές. Μάλιστα πολλές φορές είχε διαγνώσει ασθένειες που χρειαζόνταν κλινική ιατρική εμπειρία, για να διαπιστωθούν. Η διάγνωσή του ήταν καλύτερη κι από το πιο σύγχρονο τεχνολογικό ιατρικό επίτευγμα. Είχε επισημάνει την ύπαρξη καρκίνου, είχε προσδιορίσει το εξελικτικό του στάδιο, καθώς και τις διαστάσεις του κακοήθους όγκου. Μπορούσε να ερευνήσει το γενεαλογικό δέντρο του κάθε ανθρώπου και να ανακαλύψει τυχόν προβλήματα που δεν είχαν αντιληφθεί οι ασθενείς και τους παρέπεμπε σε ιατρούς, αν βέβαια το έκρινε απαραίτητο. Σε μία περίπτωση μάλιστα είχε διαγνώσει την ύπαρξη ενός «αυτοανόσου νοσήματος» στον καρπό του χεριού μίας νεαρής, που δύσκολα η ιατρική επιστήμη μπορούσε να επισημάνει, καθώς δεν είχε εκδηλωθεί και δεν είχε μέχρι εκείνη τη στιγμή επηρεάσει την υγεία της.⁴³ Σε αυτό το συμπέρασμα έφθασαν πολύ αργότερα οι γιατροί από τους οποίους εξετάστηκε το κορίτσι και η διάγνωσή τους ήταν σύμφωνη με εκείνη του Γέροντα.

Πολλοί επιφανείς ιατροί σέβονταν και έμεναν έκθαμβοι μπροστά στο ιαματικό χάρισμα του Γέροντος Πορφυρίου, καθώς πολλές φορές προλάμβανε λανθασμένες διαγνώσεις και παραλείψεις ιατρών. Είναι απαραίτητο σε αυτό το σημείο να γίνει γνωστή η περίπτωση μίας Γερόντισσας από την Ιερά Μονή Χρυσοπηγής Χανίων Κρήτης που έπασχε από καρκίνο, αλλά δεν το γνώριζε. Ο Γέροντας το διέγνωσε και την συμβούλευσε να επισκεφτεί επείγοντως το γιατρό καθώς η ασθένεια της βρισκόταν σε προχωρημένο στάδιο. Πράγματι, όταν ο

⁴² ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ. 80.

⁴³ Γεωργίου Σ. ΚΡΟΥΣΤΑΛΑΚΗ, *Ο Γέρον Πορφύριος, Πνευματικός Πατέρας και Παιδαγωγός*, Στ' Έκδοση «Ιχνηλασία», Αθήναι 2002, σ. 101.

γιατρός έκανε τη διάγνωση διαπίστωσε γενικό καρκίνο στην κοιλιακή χώρα σε επικίνδυνο στάδιο.⁴⁴

Ο Γέροντας είχε πει σε μία Πανεπιστημιακή ιατρό στο Νοσοκομείο Συγγρού: «Έχω κάνει κι εγώ έρευνα για τον καρκίνο και έχω βρει αρκετά στοιχεία. Ο καρκίνος κυρίως βγαίνει σε μπερδεμένες ψυχές, σε αγχώδεις ανθρώπους, σε βασανισμένους από διάφορα γεγονότα, σε καταπιεσμένους. Όταν πάθεις κάτι και σου πουν ότι είναι καρκίνος, πρέπει να δοθείς πολύ στην αγάπη του Θεού. Να ηρεμήσεις, να ησυχάσεις, να αγαπήσεις τον κόσμο, να τα αγαπήσεις όλα. Να είσαι όλο αγάπη και δοξολογία στο Θεό. Και να αγιάσει η ψυχή σου. Κι όταν αγιάσει η ψυχή σου, όταν προσκολληθείς στο Θεό και γίνει ηρεμία, το συμπαθητικό και το παρασυμπαθητικό και όλα τα συστήματα του οργανισμού θα ηρεμήσουν και τότε ο καρκίνος, αν δε θεραπευτεί, τουλάχιστον θα μείνει εκεί που βρίσκεται...

Σου είπαν ότι έχεις AIDS. Αλλά, όταν λέμε έτσι, πρέπει να είσαι γεμάτος χαρά. Όχι έχω αυτή την αρρώστια, συνεπώς θα πεθάνω. Τίποτα! Θα μελετήσεις τη Γραφή. Θα δεις ότι δεν υπάρχει θάνατος και ότι όποιος πιστεύει στα λόγια του Θεού δεν πεθαίνει ποτέ»!⁴⁵

Επιπλέον, σε έναν άλλο ασθενή συνέστησε την αποφυγή εγχειρήσεως για τη διουρηθρική αφαίρεση προστάτου, για να αποτρέψει τον κίνδυνο μετατροπής του αργότερα σε καρκίνωμα. Οι συμβουλές του δημιουργούν το ερώτημα πως γίνεται να έχει τέτοιας εμβέλειας ιατρικές γνώσεις, ενώ δεν έχει σπουδάσει ιατρική.⁴⁶

Επιπρόσθετα, έκανε αναφορά ακόμη και στην αρρωστημένη θρησκευτικότητα, δηλαδή το αίσθημα ανωτερότητας για την αρετή ή το αίσθημα κατωτερότητας για την αμαρτωλότητά ενός ανθρώπου. Άλλο είναι το κόμπλεξ και άλλο η ταπείνωση, άλλο η μελαγχολία και άλλο η μετάνοια. Είναι απαραίτητο σε αυτό το σημείο να παραθέσουμε το περιστατικό με ένα ψυχίατρο που κατηγόρησε το χριστιανισμό ότι δημιουργεί ενοχές και μελαγχολία. Η απάντηση του Γέροντα Πορφύριου ήταν αποστομωτική και αφοπλιστική: «Παραδέχομαι ότι μερικοί χριστιανοί από σφάλματα δικά τους ή άλλων, παγιδεύονται στην αρρώστια των ενοχών, αλλά κι εσύ πρέπει να παραδεχθείς ότι οι κοσμικοί παγιδεύονται σε μία χειρότερη αρρώστια, την υπερηφάνεια. Και οι μεν θρησκευτικές ενοχές, κοντά στο

⁴⁴ ΚΡΟΥΣΤΑΛΑΚΗ, ο.π., σ.σ. 103-105.

⁴⁵ ο.π., σ.σ. 108-109.

⁴⁶ ΓΙΑΝΝΙΤΣΙΩΤΗ, ο.π., σ. 196.

Χριστό, φεύγουν με τη μετάνοια και την εξομολόγηση, η υπερηφάνεια, όμως, των κοσμικών, που ζουν μακριά από το Χριστό, δε φεύγει». ⁴⁷ Σύμφωνα, λοιπόν, με την άποψη του Γέροντα η θρασύτητα εκείνων που νομίζουν ότι είναι αναμάρτητοι και καθαροί, δεν απέχει από τη δειλία εκείνων που αισθάνονται ένοχοι. Είναι οι δύο όψεις του ίδιου νομίσματος, της υπερηφάνειας.

Σχετικά με τη λαιμαργία και την παχυσαρκία έδινε την εξής συμβουλή: «...Δώσε την καρδιά σου στο Χριστό μας. Λέγε με ένθερμη αγάπη, Κύριε Ιησού Χριστέ, και θα ξεχνάς τα φαγητά, θα φεύγει η λαιμαργία». ⁴⁸ Όταν ο νους πληρώνει και προσηλώνεται στην αγάπη προς το Θεό, τότε απομακρύνεται από τη μανία της λαιμαργίας. Είναι βέβαιο ότι ο άνθρωπος που σκέφτεται αρνητικά και έχει προβλήματα που τον απασχολούν τις περισσότερες φορές καταφεύγει στην «παρηγοριά» των τροφίμων. Όταν, όμως, αυτές τις αρνητικές σκέψεις τις αντικαταστήσει με την αγάπη του Χριστού, τότε αποφεύγεται η βουλιμία.

Ακόμη, είχε συμβουλευσει μία φορά έναν παιδίατρο, κάθε φορά που θα εξετάζει ένα παιδί να προσεύχεται με αγάπη: «Κύριε Ιησού Χριστέ, ελέησε το δούλο σου» και αυτό γιατί το παιδί είναι μία ψυχή που έστειλε ο Θεός στα χέρια του. Επιπλέον, του είπε ότι να δίνει τα φάρμακα που λέει η επιστήμη του, αλλά τελικά ο Χριστός θα θεραπεύσει το παιδί. Με την ένθερμη προσευχή του παιδίατρου μεταγγίζεται η χάρη του Θεού στο παιδί, καθώς η προσευχή είναι μυστική δύναμη, που μεταδίδεται μυστικά στην ψυχή του άλλου. ⁴⁹

Σε κάποιον άλλο παιδίατρο είχε πει για τις κυοφορούσες γυναίκες: «Να λες στις μητέρες να νιώθουν πόσο πολύ τις τίμησε ο Θεός, που τις αξίωσε να γίνουν μητέρες. Από τη στιγμή που φέρουν μέσα τους το συλληφθέν έμβρυο, έχουν μία δεύτερη ζωή. Να μιλούν στο παιδί τους, να το χαϊδεύουν επάνω από την κοιλιά τους. Το έμβρυο τα αισθάνεται μυστικά αυτά. Να προσεύχονται με πολλή αγάπη για αυτό. Όπως αντίθετα αισθάνεται, όχι μόνο το γεννημένο παιδί τους, αλλά και το έμβρυο την έλλειψη αγάπης της μάνας του, τα νεύρα της, το θυμό της, την απέχθειά της και δημιουργούνται τραύματα στην ψυχούλα του που το συνοδεύουν σε όλη του τη ζωή. Τα άγια συναισθήματα της μάνας και η αγία ζωής της, αγιάζουν το παιδί της από την ώρα της συλληψέως του ακόμη. Τα ίδια ισχύουν και για τον

⁴⁷ ΓΙΑΝΝΙΤΣΙΩΤΗ, ο.π., σ. 305.

⁴⁸ ΑΓΑΠΙΟΥ ΜΟΝΑΧΟΥ, *Η θεϊκή φλόγα που άναψε στην καρδιά μου ο Γέρον Πορφύριος*, Εκδόσεις Ιερού Γυναικείου Ησυχαστηρίου η Μεταμόρφωσης του Σωτήρος, Αθήναι- 1999, σ. 70.

⁴⁹ ο.π., σ.σ. 109-111.

πατέρα».⁵⁰ Είναι φανερό ότι ο λόγος του Γέροντα είναι πυκνός και μεστός και τα νοήματα τα οποία προβάλλει έμμεσα είναι ιδιαίτερα σημαντικά και επίκαιρα. Πρώτα από όλα τονίζει ότι το έμβρυο έχει ψυχή και επηρεάζεται από τη στιγμή της σύλληψής του, επομένως, όταν μία γυναίκα κάνει άμβλωση, διαπράττει έγκλημα. Από την άλλη πλευρά, ενώ δεν έχει πανεπιστημιακές παιδαγωγικές και ψυχολογικές γνώσεις, υποστηρίζει αυτό που πρεσβεύουν οι σύγχρονοι ψυχολόγοι, ότι δηλαδή το παιδί επηρεάζεται από τους εξωτερικούς περιβαλλοντολογικούς παράγοντες και από την ψυχική διάθεση της μητέρας του από την περίοδο που βρίσκεται ακόμη στην κοιλιά. Επιπλέον, ο ρόλος του πατέρα είναι εξίσου σπουδαίος και καθοριστικός και επηρεάζει βαθύτατα την ψυχοσύνθεση του παιδιού.⁵¹

Για τη διατήρηση της ψυχικής και σωματικής υγείας χρησιμοποιούσε τα λόγια του σοφού Σολομώντος(Παροιμ. 9, 10-11): «Αρχή σοφίας φόβος Κυρίου και βουλή αγίων σύνεσις. Το δε γνώναι νόμον διανοίας εστίν αγαθής. Τούτω γαρ τω τρόπω πολύν ζήσεις χρόνον και προστεθήσεται σοι έτη ζωής». Το μυστικό, λοιπόν, είναι να αποκτήσουμε αυτή τη σοφία και τη γνώση και όλα θα λειτουργήσουν, όπως πρέπει και η ζωή θα είναι γεμάτη με χαρά και υγεία.⁵²

⁵⁰ ΑΓΑΠΙΟΥ ΜΟΝΑΧΟΥ, ο.π., σ.σ. 108-109.

⁵¹ Βλ. σχετικά Ιωάννου Ν. ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ, *Εξελικτική Ψυχολογία, Η ψυχική ζωή από τη σύλληψη ως την ενηλικίωση, Προγεννητική περίοδος, Βρεφική Ηλικία*, Τόμος 1, Αθήνα και Robert S. Feldman, *Επιστημονική επιμέλεια Ηλίας Γ. Μπεζεβέγκης, Εξελικτική Ψυχολογία, Δια Βίου Ανάπτυξη*, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα- 2011, Μέρος Δεύτερο: Βρεφική ηλικία.

⁵² ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ ΚΑΥΣΟΚΑΛΥΒΙΤΟΥ, *Βίος και Λόγοι*, Εκδόσεις Ιερά Μονή Χρυσοπηγής, Χανιά –2003, σ. 485.

ΓΕΡΟΝΤΑΣ ΠΑΪΣΙΟΣ

Σύντομο βιογραφικό σημείωμα:

Ο Γέροντας Παΐσιος, κατά κόσμο Αρσένιος Εζνεπίδης, γεννήθηκε στα Φάρασα της Καππαδοκίας, στη Μικρά Ασία, στις 25 Ιουλίου του 1024.⁵³ Στην Κόνιτσα τελείωσε το Δημοτικό και πήρε το απολυτήριό του με βαθμό «οκτώ». ⁵⁴ Δούλευε ως ξυλουργός και το 1945 κατατάχτηκε στο στρατό. Μετά το τέλος της θητείας του πήγε στο Άγιο Όρος, για να μονάσει. Φιλοξενήθηκε στο Λαυριωτικό κελί του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου, κοντά στις Καρυές. Στη συνέχεια πήγε στην Σκήτη του Αγίου Παντελεήμονος, στο κελί των Εισοδίων.⁵⁵

Το 1954 έφυγε από τη Μονή Εσφιγμένου και πήγε στην Ιερά Μονή Φιλοθέου, όπου μονάζει ο θεός του. Το 1958 πήγε στο Στόμιο της Κόνιτσας, καθώς είχαν αυξηθεί οι προτεστάντες και στη συνέχεια αναχώρησε για το Σινά το 1962, στο κελί Γαλακτίωνος και Επιστήμης.⁵⁶ Το 1964 έφυγε από το Σινά και επέστρεψε στο Άγιο Όρος, στη Σκήτη Ιβήρων, στο κελί των Αγίων Αρχαγγέλων. Το 1966 αρρώστησε και νοσηλεύτηκε για αρκετούς μήνες στο Νοσοκομείο Παπανικολάου, όπου και του αφαίρεσαν μεγάλο τμήμα των πνευμόνων του.⁵⁷

Ο Γέροντας συνδέθηκε με το Ιερό Ησυχαστήριο του Αγίου Ιωάννου του Θεολόγου, το οποίο αγάπησε πολύ και δεν άφησε μέχρι την κοίμησή του. Στο τέλος του 1967 πήγε στα Κατούνια και εγκαταστάθηκε στο Λαυρεωτικό κελί του Υπατίου. Το 1968 πήγε στην Ιερά Μονή Σταυρονικήτα. Το 1979 γράφτηκε σαν εξαρτηματικός μοναχός στην Ιερά Μονή Κουτλουμουσίου. ⁵⁸ Εκεί λάμβανε δεκάδες, καθημερινά, επιστολές από ανθρώπους που ζητούσαν απεγνωσμένα τη βοήθειά του. Εκείνος κοιμόταν λίγες ώρες, για να προλάβει να διαβάσει τα γράμματά τους. Επιπλέον, τον επισκέπτονταν σε καθημερινή βάση δεκάδες άνθρωποι και αναζητούσαν κουβέντες παρηγοριάς, για να ανακουφιστεί η θλίψη τους.

⁵³ Ιερομονάχου ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΗ, *Ο Γέροντας Παΐσιος*, Έκδοση Ιερού Γυναικείου Ησυχαστηρίου «Παναγία, η Φοβερά Προστασία», Τόμος 1, σ. 21.

⁵⁴ ο.π., σ.23.

⁵⁵ ο.π., σ. 26.

⁵⁶ ο.π., σ.39.

⁵⁷ Αυτόθι.

⁵⁸ ο.π., σσ. 42-48.

Ο Γέροντας Παΐσιος είχε προβλήματα υγείας ήδη από το 1966, σε συνδυασμό με την κούραση που είχε από τους επισκέπτες, η κατάστασή του επιδεινωνόταν συνεχώς. Το 1988 τα προβλήματα της υγείας του χειροτέρευαν. Το έντερό του ήταν σε αθλία κατάσταση και αιμορραγούσε. Το 1993 τα πράγματα χειροτέρευαν ακόμη περισσότερο, καθώς η αιμορραγία αυξανόταν. Δυστυχώς, τα προβλήματα υγείας του δεν ξεπεράστηκαν και στις 12 Ιουλίου παρέδωσε την ψυχή του στον Κύριο, έπειτα από φρικτούς πόνους.⁵⁹

Οι απόψεις του Γέροντα Παΐσιου για την σωματική και ψυχική υγεία του ανθρώπου:

Ένας άλλος σύγχρονος και φωτισμένος Γέροντας είναι ο Παΐσιος, ο οποίος μάλιστα είχε ιδιαίτερη συμπάθεια και αγάπη στο Γέροντα Πορφύριο.

Ο Γέροντας Παΐσιος είχε ταλαιπωρηθεί πολύ με το πρόβλημα στο αναπνευστικό του σύστημα και στο έντερό του. Παρόλο αυτά ήταν υπομονετικός και είχε απόλυτη εμπιστοσύνη στο Θεό. Έλεγε χαρακτηριστικά για την υγεία: «Ο Χριστός βλέπει την κατάσταση της υγείας μας και αφού Αυτός είναι ο καλύτερος Γιατρός, πρέπει να του έχουμε απόλυτη εμπιστοσύνη, γιατί, αν είναι προς το συμφέρον μας, θα ενεργήσει και θα μας θεραπεύσει».⁶⁰

Το πρόβλημα με το έντερο του προκαλούσε αιμορραγίες και διάρροιες. Προικισμένος με το προορατικό χάρισμα, έλεγε σχετικά με την ασθένειά του: «Επειδή νομίζω ότι στο έντερο έχει δημιουργηθεί όγκος, καλύτερα είναι να τον αφήνει κανείς και να μην τον «σκαλίζει», γιατί έτσι χειροτερεύει κατά πολύ η κατάσταση».⁶¹ Αν και η μόρφωσή του ήταν λιγοστή, έδειχνε να γνώριζε καλά, ότι σε ορισμένες περιπτώσεις είναι καλύτερο ο όγκος να μην πειραχθεί με χειρουργική επέμβαση, γιατί μπορεί είτε να απορροφηθεί από τον οργανισμό, είτε να παραμείνει στην ίδια κατάσταση. Σε πολλές περιπτώσεις που έχει πειραχθεί κακοήθης ή καλοήθης όγκος, ο ασθενής έχει πάθει αιμορραγία ή έχουν τραυματιστεί ζωτικά όργανα που βρίσκονται κοντά σε αυτόν ή ακόμη έχει πεθάνει.

Σχετικά με την κατάσταση του σύγχρονου κόσμου έλεγε τα εξής: «Σήμερα όλος ο κόσμος υποφέρει από τρία πράγματα: από καρκίνο, ψυχασθένειες,

⁵⁹ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΗ, ο.π., σσ. 60-61.

⁶⁰ ο.π., σ. 54.

⁶¹ Αυτόθι.

χωρισμούς και διαζύγια. Κάθε βδομάδα έχω πάρα πολλά γράμματα από το ταχυδρομείο, στα οποία μου γράφουν γι' αυτά τα θέματα. Εγώ ψυχασθένεια σοβαρή, έλεγε γελώντας, δεν έχω. Με διαζύγια και χωρισμούς δεν έχω σχέση. Ε, τουλάχιστον να έχω καρκίνο, να παρηγορείται⁶² κι ο κόσμος. Γιατί, όταν όλοι υποφέρουν από κάτι και κάποιος δεν έχει τίποτα, τότε είναι άσχημα, ενώ έτσι, «δόξα τω Θεώ», καλά είναι τα πράγματα».

Ο Γέροντας Παΐσιος έδινε την εξής συμβουλή για αυτούς που ασθενούσαν σοβαρά: «Όταν κάποιος έχει καρκίνο ή οτιδήποτε άλλο μεγάλο πρόβλημα- και καίγεται- και παρόλο αυτά, δεν ενδιαφέρεται για τον εαυτό του, αλλά παρακαλεί το Θεό για τους άλλους, τότε και ο Θεός «συγκινείται»! Τότε, κατά κάποιο τρόπο, ο άνθρωπος έχει κάποιο «πάτημα», γιατί λέει στο Χριστό: «Να, για τον εαυτό μου δε με ενδιαφέρει και δε ζητώ τίποτα, όμως, Σε παρακαλώ, βοήθησε τους άλλους». Κι έτσι ο Θεός βοηθά. Γι' αυτό, παπά μου, μην ανησυχείς για μένα ιδιαίτερα».⁶³ Η προηγούμενη άποψη αποτελεί παράδειγμα μέγιστης ταπείνωσης και αλτρουισμού, καθώς δεν προσεύχεται για τη θεραπεία του ίδιου του εαυτού, αλλά για τη σωματική υγεία των συνανθρώπων του.

Δεν παρέλειψε να σχολιάσει το γεγονός ότι τα φυτοφάρμακα που χρησιμοποιούν οι άνθρωποι, για να αντιμετωπίσουν τις αρρώστιες ουσιαστικά δημιουργεί πρόβλημα στους ίδιους, αφού δηλητηριάζουν τα πάντα. Έλεγε χαρακτηριστικά: «Τι γίνεται; Σκοτώσαμε τα έντομα και τώρα σκοτώνονται οι άνθρωποι;»⁶⁴ Στη συνέχεια θα αναζητηθεί ένα πιο ισχυρό φάρμακα και έτσι θα δημιουργηθεί ένας φαύλος κύκλος. «Σκοτώνουν τα τριζόνια, που έβγαζαν και έναν γλυκό ήχο και πάνε αυτό που έκανε ο Θεός να το κάνουν μπαταρία;»

Επιπλέον, υποστήριζε ότι το κοσμικό φρόνημα είναι ένα είδος ασθένειας. Όπως, λοιπόν, κάθε άνθρωπος αποφεύγει την αρρώστια, με τον ίδιο τρόπο είναι απαραίτητο να απομακρύνεται από το κοσμικό φρόνημα. Όταν το πνεύμα είναι προσκολλημένο στην κοσμική εξέλιξη, τότε αδυνατεί να χαρεί, να υγιαίνει και να προοδεύει. Άλλωστε τα σωματικά μάτια είναι δύο, τα πνευματικά είναι πολλά. Όποιος δεν έχει ως γνώμονα στη ζωή του το Χριστό τότε είναι «κρυολογημένος και αρρωστημένος πνευματικά».⁶⁵ «Το μικρόβιο της πνευματικής αρρώστιας είναι το

⁶² ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΗ, ο.π., σ. 55.

⁶³ Αυτόθι.

⁶⁴ ο.π., σ. 141.

⁶⁵ ο.π., σ. 208.

να εξετάζει κανείς τα πράγματα με την ανθρώπινη λογική. Το φάρμακο το δραστικό είναι οι καλοί λογισμοί».⁶⁶

Ο Γέροντας έδινε μεγάλη έμφαση στους καλούς λογισμούς. Θεωρούσε ότι ο άνθρωπος που παράγει κακούς λογισμούς μοιάζει με «χαλασμένη μηχανή».⁶⁷ Πίστευε ότι, όταν ο άνθρωπος ακούει τον κακό λογισμό του μπορεί να τρελαθεί και να αρρωστήσει. Όταν τον είχε επισκεφτεί ένας μοναχός που νόμιζε ότι ήταν άγιος και δεν υπήρχε στον κόσμο κανένας σαν κι αυτόν και ο Γέροντας ρωτήθηκε, αν θα έπρεπε να τον πάνε σε ψυχίατρο να εξετασθεί, εκείνος απάντησε το εξής: «Αυτές οι περιπτώσεις δεν ωφελούνται από τους γιατρούς. Το μόνο που γίνεται είναι να ρεζιλευτεί ο μοναχός και στους κοσμικούς. Εκείνο που θα του κάνει ο γιατρός είναι ότι θα του δώσει χάπια ηρεμιστικά που σε μία κατάσταση προχωρημένη για λίγες μέρες, μπορεί να βοηθήσουν λίγο, αν κανείς του τα βάζει μέσα στο φαγητό και δείχνει και αγάπη πνευματική και προσπαθεί με καλό τρόπο να του φτιάξει το λογισμό. Γιατί το πρόβλημα είναι πνευματικό και προέρχεται από τον εγωισμό και από την υπερβολική αγάπη και εμπιστοσύνη στο δικό του λογισμό. Δεν υπάρχει χειρότερο πράγμα και φοβερότερο από το να ακούει κανείς και να έχει εμπιστοσύνη στο δικό του λογισμό».⁶⁸ Ο Γέροντας Παΐσιος συμφωνεί σε αυτό το σημείο με το Γέροντα Πορφύριο στο ότι τα ηρεμιστικά και τα αγχολυτικά φάρμακα προσφέρουν μία προσωρινή ανακούφιση, αλλά το πρόβλημα συνεχίζει να υφίσταται. Το θέμα είναι ότι πρέπει να βρεθεί η ρίζα του προβλήματος και να δοθεί η λύση που δεν είναι άλλη από την εμπιστοσύνη στο Θεό.

Ακόμη παρουσίασε την αιτία των ψυχολογικών προβλημάτων ως εξής: «Όταν η ψυχή ζει απρόσεκτα και χωρίς να επιτηρεί τους λογισμούς, αυτό έχει σαν συνέπεια να γεμίσει ασφυκτικά με ακάθαρτους και πονηρούς λογισμούς. Τότε αρχίζουν στον άνθρωπο τα μεγάλα ψυχολογικά προβλήματα, που προστίθενται το ένα πάνω στο άλλο. Μερικοί, όμως, από εμάς, ενώ βρίσκονται σε αυτή την κατάσταση κι έχουν το πρόβλημα μπροστά στα μάτια τους, δεν το αντιλαμβάνονται κι έτσι δεν αποφασίζουν να ομολογήσουν στον πνευματικό με ταπείνωση το πέσιμό τους, αλλά ακολουθούν την κοσμική μέθοδο και πάνε στους ψυχιάτρους. Εκείνοι τους δίνουν χάπια, όχι όμως, για να τους λύσουν το πρόβλημα που τους απασχολεί, αλλά για να τους κάνουν για λίγο καιρό να το ξεχάσουν. Αυτή, όμως,

⁶⁶ ο.π., σ. 234.

⁶⁷ ΓΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, ο.π., σ. 80

⁶⁸ ο.π., σ. 81

δεν είναι καθόλου σωστή αντιμετώπιση, διότι το πρόβλημα υφίσταται και όταν κάποτε σταματήσουν τα χάρτια, θα έρθει πάλι στην επιφάνεια και θα βασανίζει τον άνθρωπο.

Για αυτό η μόνη λύση είναι να συναισθανθούμε την κατάστασή μας, να την εξομολογηθούμε στον πνευματικό μας και να κάνουμε ταπεινά ό,τι εκείνος μας πει.

Σήμερα ο κόσμος τα 'χει χαμένα, δεν ξέρει τι κάνει, έχασε πλέον το τιμόνι ελέγχου από τα χέρια του. Κι αυτό, γιατί κανένας μας δε θέλει να ελέγχεται. Θέλει να πορεύεται ανενόχλητος με το θέλημά του. Αυτό, όμως, είναι η ολοκληρωτική καταστροφή του, γιατί, ναι μεν, ο Θεός χάρισε στον άνθρωπο το αυτεξούσιο (το να είναι δηλαδή ελεύθερος να κάνει ό,τι θέλει), του χάρισε, όμως, και τη γνώση με την οποία του έδωσε τη δυνατότητα να γνωρίζει ότι μόνος του, μ' αυτήν την αυτεξούσιο δύναμη, δεν μπορεί να πετύχει απολύτως τίποτα καλό.

Όταν, λοιπόν, ο άνθρωπος χρησιμοποιεί το αυτεξούσιό του ελεύθερα, χωρίς να λαμβάνει υπ' όψιν του την αδυναμία του, τότε πλανάται. Όλοι αυτοί οι άνθρωποι τα βλέπουν, τα εξηγούν με τη λογική. Βασιλεύει, αντί της θείας χάριτος η λογική και συγχύζεται ο νους του ανθρώπου. Αυτό είναι φοβερό πράγμα». ⁶⁹

Συμβουλεύει, λοιπόν, τους ανθρώπους να συναισθάνονται την κατάστασή τους, που είναι μακριά από το Θεό, να μετανοούν γι' αυτό και να εξομολογούνται ταπεινά.

Ο Γέροντας έδινε δύο λύσεις για τους ασθενείς: «Η μία είναι να αφήνει κανείς με εμπιστοσύνη τα πάντα στα χέρια του Θεού και να επιθυμεί να ενεργήσει η αγάπη Του και να έχει ακλόνητη πίστη ότι θα ενεργήσει κατά το συμφέρον του. Τότε Θεός κάνει τα πάντα και δεν του είναι τίποτα αδύνατο και σ' αυτή την περίπτωση όλα για το Θεό είναι πολύ εύκολα. Το δύσκολο είναι στο να πάρει ο άνθρωπος αυτή την απόφαση, να ταπεινωθεί δηλαδή πλήρως και να αφήσει τα πάντα στην πρόνοια και αγάπη του Θεού.

Η δεύτερη περίπτωση είναι- αν δεν μπορεί να αφήσει την υπόθεση του με εμπιστοσύνη στα χέρια του Θεού- ανθρώπινα ενεργώντας, να ρωτήσει έναν καλό γιατρό και να κάνει υπακοή σε ό,τι του πει». ⁷⁰

Οι κατηγορίες των ανθρώπων, λοιπόν, είναι δύο: εκείνων που έχουν τη δύναμη να εμπιστευθούν την υγεία τους απόλυτα στα χέρια του Θεού και

⁶⁹ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, ο.π., σσ. 86-87.

⁷⁰ ο.π., σ. 212.

χρησιμοποιώντας μόνο επικουρικά την ιατρική και εκείνων που πιστεύουν ότι μόνο με τη δύναμη της ανθρώπινης λογικής μπορούν να βρουν τη γατρεία.

Επιπλέον, προσέθετε σχετικά με τους νέους: «η μαλθακότητα των σημερινών νέων είναι μία από τις κύριες αιτίες των ψυχοσωματικών ανωμαλιών».⁷¹ Πράγματι, στη σημερινή εποχή της αφθονίας και της άνεσης, οι νέοι δε δραστηριοποιούνται και δεν αναλαμβάνουν ευθύνες με αποτέλεσμα, να γίνονται μαλθακοί και εύκολα να προσβάλλονται από ψυχικά νοσήματα και αδυναμίες.

Ένα περιστατικό που φανερώνει το προορατικό χάρισμα του Γέροντα ήταν το εξής: « Τον είχε επισκεφτεί ένας νεαρός που είχε χάσει το φως του από το ένα μάτι και κινδύνευε να χάσει και το άλλο. Οι γιατροί του συνέστησαν να χειρουργηθεί, χωρίς όμως να εγγυούνται την επιτυχία της επέμβασης. Τότε εκείνος πήγε στο Γέροντα Παΐσιο να τον συμβουλευτεί, αν θα έπρεπε να κάνει την εγχείρηση, γιατί φοβόταν, μήπως καταλήξει να έχει ολική τύφλωση. Ο Γέροντας του είπε τα εξής: «Μη στεναχωριέσαι, όλα θα πάνε καλά με τη βοήθεια του Θεού. Ανθρώπινα σου λέω ότι, αν το χάσεις, θα σου δώσω εγώ το δικό μου κι έτσι θα βλέπουμε και οι δύο! Όμως, σου επαναλαμβάνω ότι όλα θα πάνε καλά».⁷²

Η παραπάνω συζήτηση προβάλλει ουσιώδη μηνύματα, όπως την εμπιστοσύνη στο Θεό, την ταπείνωση και την απόλυτη αγάπη προς το συνάνθρωπο. Ταυτόχρονα, ο Γέροντας με τη δύναμη της διάκρισης θεωρεί απαραίτητη την παρέμβαση της ιατρικής βοήθειας και προτρέπει τον ασθενή να τη χρησιμοποιήσει, καθώς είναι θέλημα Θεού να επιτύχει.

Συμβούλευε τους μοναχούς που ασθενούσαν να αντιμετωπίζουν την ασθένειά τους με υπομονή και να μην παρακαλούν με επιμονή να γίνουν καλά, γιατί έτσι χάνουν το μισθό της υπομονής και θα τους πει ο Θεός: «Καλά οι άλλοι, αλλά και εσύ, που γνώριζες;(ζητούσες να γίνεις καλά;). Θα ελεγχθούμε και για τέτοια».⁷³ Η αρετή της υπομονής συνεχώς προβάλλεται και τονίζεται από τους δύο φωτισμένους Γέροντες ως μέγιστη συμβουλή αντιμετώπισης των ασθενειών. Και προσέθετε: «Πολλές φορές οι σωματικές οδύνες γεννούν τις πνευματικές παρηγορίες και γι' αυτό πρέπει να τις αποδεχόμαστε με χαρά».⁷⁴

⁷¹ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΗ, ο.π., σ. 252.

⁷² ο.π., σ. 228.

⁷³ ο.π., σ. 252.

⁷⁴ ο.π., σ. 248.

Όσον αφορά την επιλογή των ιατρών, συμβούλευε τους ανθρώπους να τους επιλέγουν σύμφωνα με το πόσο πιστεύουν στο Θεό, «γιατί αυτοί και λιγότερα να γνωρίζουν από πλευράς επιστήμης, έχουν το Θεό που τους φωτίζει, αφού κι αυτοί σ' Αυτόν εμπιστεύονται τα πάντα. Φυσικά αυτό δε σημαίνει πως, αν ξέρουν περισσότερα, δε θα είναι και καλύτερα».⁷⁵ Είναι φανερό η συνέργεια του Θεού με την ιατρική επιστήμη. Άλλωστε και η ίδια η ιατρική επιστήμη ανήκει στο Θεό, αφού εκείνος δώρισε στον άνθρωπο το νου και τη λογική, για να την δημιουργήσει.

Αλλά ακόμη και τους ιατρούς συμβούλευε με τα εξής λόγια: «Εσείς, οι γιατροί, πρέπει να προσέχετε πολύ τους αρρώστους. Πρέπει να δείχνετε πολλή φροντίδα, για να προλαβαίνετε άσχημες καταστάσεις. Να έχετε πρακτικό μυαλό. Αλλά και όλοι μας πρέπει να αξιοποιούμε το νου, που μας έδωσε ο Θεός».⁷⁶ Επομένως, δε σημαίνει ότι επειδή υποστηρίζει την απόλυτη εμπιστοσύνη στο Θεό, ότι αναιρεί τη δύναμη της ανθρώπινης λογικής και της χρήσης αυτής για το συμφέρον του ανθρώπου, αρκεί πάντοτε οι λογισμοί να είναι καλοί και να έχουν ως γνώμονα το θέλημα του Θεού. Επιπλέον τους έλεγε: «Να βοηθάτε τους αρρώστους δείχνοντάς τους το βαθύτερο νόημα της ζωής, όχι μόνο να τους θεραπεύετε τα σώματα». ⁷⁷ Αυτή η άποψη μας θυμίζει εκείνη του Γέροντος Πορφυρίου ότι η θεραπεία πρέπει να ξεκινά εκ των έσω και να προχωρά προς το σώμα και όχι πρώτα να σκοπεύουμε τη σωματική υγεία, αδιαφορώντας για την ψυχική ανύψωση.

Σχετικά με τη μαιευτική έλεγε τα εξής: «Προτιμότερο είναι να γίνονται μαιευτήρες οι γυναίκες κι όχι οι άντρες, γιατί οι άντρες μπλέκουν τα πράγματα και δημιουργούνται πολλές καταστάσεις. Απλά θα σας πω ότι μία έγκυος γυναίκα είναι δυνατόν ακόμη και να αποβάλει από τη συστολή της μπροστά στον άντρα γυναικολόγο. Οι χριστιανές κοπέλες να γίνονται γυναικολόγοι».⁷⁸

Θεωρούσε ότι η εξωτερική «κοσμική» μόρφωση παραμορφώνει τους ανθρώπους και η ζωή τους γίνεται αφύσικη. Είναι φορτισμένοι ψυχικά και αγχωμένοι, με αποτέλεσμα να ανατρέχουν στις ψυχαναλύσεις και στους ψυχιάτρους. Χτίζονται συνεχώς ψυχιατρεία και μετεκπαιδεύονται ψυχίατροι που δεν πιστεύουν ούτε στο Θεό, ούτε στην ύπαρξη της ψυχής. Και έρχεται ο επόμενος συνειρμός-ερώτημα του Γέροντα που είναι ο εξής: «Πώς είναι δυνατόν αυτοί οι

⁷⁵ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΗ, ο.π., σ. 253.

⁷⁶ ο.π., σ. 254.

⁷⁷ ο.π., σ. 248.

⁷⁸ ο.π., σ. 249.

άνθρωποι να βοηθήσουν ψυχές, ενώ και οι ίδιοι είναι γεμάτοι από άγχος; Πώς είναι δυνατόν ο άνθρωπος να παρηγορηθεί αληθινά, εάν δεν πιστέψει στο Θεό και στην αληθινή ζωή την μετά θάνατον, την αιώνια;»⁷⁹ Επομένως, μόνο εάν ο άνθρωπος έχει την ψυχή του ολοκληρωτικά δοσμένη στο Θεό, μπορεί να ξεπεράσει οποιαδήποτε προβληματική κατάσταση και να αποβάλει το άγχος που του δημιουργεί σοβαρά ψυχολογικά και σωματικά προβλήματα.

Στους γονείς που είχαν παιδιά διανοητικά καθυστερημένα ή έπασχαν από σύνδρομο Ντάουν τους έλεγε να μη στεναχωριούνται, γιατί τα παιδιά τους θα σωθούν. Πρέπει μάλιστα να χαίρονται, γιατί χωρίς ιδιαίτερους αγώνες, έχουν κερδισμένο τον Παράδεισο. «Τι άλλο θέλουν από το να έχουν ένα παιδί, που να έχει εξασφαλισμένο τον Παράδεισο; Αν το δέχονται το θέμα έτσι, πνευματικά και αυτοί ωφελούνται και έχουν και πνευματικό μισθό».⁸⁰

Ανάμεσα στους μακαρισμούς του είχε τοποθετήσει τους ανθρώπους που γεννήθηκαν ανάπηροι ή έγιναν από την απροσεξία τους, αλλά δεν γογγύζουν και δοξολογούν το Θεό. Τους ευλογεί και πιστεύει ακράδαντα ότι αυτοί οι άνθρωποι «θα έχουν την καλύτερη θέση στον Παράδεισο μαζί με τους Ομολογητές και τους Μάρτυρες που δώσανε για την αγάπη του Χριστού τα χέρια και τα πόδια τους, και τώρα φιλούν με ευλάβεια στον Παράδεισο συνέχεια τα πόδια και τα χέρια του Χριστού».⁸¹

Δεν παρέλειψε βέβαια από τους μακαρισμούς του τους «τρελούς», όπως τους αποκαλεί και μιλά για την κατηγορία των ανθρώπων που εκ γενετής δεν έχουν σώας τας φρένας. «Μακάριοι όσοι έχουν γεννηθεί τρελοί και θα κριθούν και ως τρελοί και έτσι θα εισαχθούν στον Παράδεισο χωρίς διαβατήριο».⁸²

Μία άλλη αιτία αρρώστιας ανεξιχνίαστης από τους γιατρούς θεωρεί την κατάρα. Θεωρούσε ότι, εάν κάποιος καταριόταν κάποιον εξαιτίας της κακής του συμπεριφοράς ή αδικίας, τότε η αγανάκτηση ως κατάρα μεταφερόταν και τον τιμωρούσε.

Θεωρούσε τις αμβλώσεις φοβερή αμαρτία. «Ένας γιατρός με μία νοσοκόμα σκότωσαν κάποτε διακόσια πενήντα έμβρυα. Εδώ, γατάκια είναι και τα λυπάσαι!

⁷⁹ ο.π., 182-183.

⁸⁰ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, ο.π., σ. 252.

⁸¹ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΑΪΣΙΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, *Επιστολές*, Έκδοση Ι. Ησυχαστηρίου «Ευαγγ. Ιωάννης ο θεολόγος», Σουρωτή Θεσσαλονίκης- 1994, σ. 231.

⁸² ο.π., σ. 235.

Σε μένα ερχόντουσαν κάτι γάτες και γεννούσαν και κρατούσα τα γατάκια μέχρι να μεγαλώσουν, έξι-εφτά μήνες και ύστερα τα έστελνα στα κοινόβια».⁸³

Ακόμη αστειευόμενος έλεγε ότι ο δικός τους γιατρός είναι στη Δράμα και είναι κτηνίατρος, δηλώνοντας έτσι την ταπείνωση που είχε στην ψυχή του. Τα χαρακτηριστικά της αληθινής και γνήσιας μετάνοιας και ταπείνωσης είναι τα εξής: «1. αίσθηση αθλιότητας, 2. έντονη αίσθηση παρηγοριάς και ελπίδας στο έλεος του Θεού και 3. έλλειψη άγχους».⁸⁴

Έθετε ως πρότυπο τους παλαιούς πατέρες που είχαν στο νου τους συνέχεια το θάνατο και γι' αυτό το λόγο, όπου και να πήγαιναν να κατοικήσουν, το πρώτο που έκαναν ήταν να ανοίξουν το τάφο τους. «Σήμερα, μόλις λίγο κανενός ματώσει η μύτη, τον πειράζει ο λογισμός, μήπως πρέπει να πάει να κάνει εξετάσεις».⁸⁵

Ο Γέροντας κατά το πρότυπο του Αγίου Αρσενίου του Καππαδόκη χρησιμοποιούσε τους Ψαλμούς ως ευχολόγιο για διάφορες περιπτώσεις ασθενειών και άλλων προβληματικών περιπτώσεων.⁸⁶

⁸³ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, ο.π., σ. 250.

⁸⁴ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, ο.π., σ. 244.

⁸⁵ ο.π., σ. 238.

⁸⁶ 4^{ος} Ψαλμός: Για να θεραπεύσει ο Θεός τους ευαίσθητους ανθρώπους, που αρρώστησαν από μελαγχολία από τη συμπεριφορά των σκληρόκαρδων ανθρώπων.

12^{ος} Ψαλμός: Για αυτούς που πάσχουν από το συκώτι τους.

18^{ος} Ψαλμός: Για να ελευθερωθούν οι μητέρες στη γέννα τους.

19^{ος} Ψαλμός: Για τα ανδρόγυνα που δε γεννούν παιδιά λόγω αναπηρίας, για να τους θεραπεύσει ο Θεός, για να μη χωρίσουν.

27^{ος} Ψαλμός: Για να θεραπεύσει ο Θεός τους νευρασθενείς και τους νευρόπικτους.

37^{ος} Ψαλμός: Όταν πονούν οι σιαγόνες από σάπια δόντια.

40^{ος} Ψαλμός: Για να ελευθερωθούν οι μητέρες στη γέννα από πρόωρο τοκετό.

44^{ος} Ψαλμός: Για τους ανθρώπους που πάσχουν από την καρδιά τους ή από τα νεφρά τους.

55^{ος} Ψαλμός: Σε ευαίσθητους, που έχουν πληγωθεί ψυχικά από τους συνανθρώπους τους.

46^{ος} Ψαλμός: Για ανθρώπους που υποφέρουν από πονοκέφαλο, από πολλή στεναχώρια.

58^{ος} Ψαλμός: Για τους βουβούς να δώσει ο Θεός λαλιά.

67^{ος} Ψαλμός: Για να ελευθερωθούν οι μητέρες που δυσκολεύονται να αποβάλουν, όταν παθαίνουν κακό.

79^{ος} Ψαλμός: Για να θεραπεύσει ο Θεός τον άνθρωπο, όταν πρήζεται το πρόσωπο του και πονάει το κεφάλι του.

85^{ος} Ψαλμός: Για να σώσει ο Θεός τον κόσμο, όταν πέφτει χολέρα στους ανθρώπους και πεθαίνουν.

Οι εικοσιτέσσερις από τους εκατόν πενήντα Ψαλμούς αναφέρονται σε ποικίλα προβλήματα υγείας, όπως γυναικολογικά, για τους οφθαλμούς, την καρδιά, το συκώτι, τα νεφρά, τα δόντια, για κεφαλαλγίες, για τραύματα, ψυχολογικά και άλλα. Ο Γέροντας Παΐσιος συμβούλευε τους ανθρώπους να ανοίγουν την καρδιά να διαβάζουν τις παραπάνω ευχές με πίστη στο Θεό ότι μπορεί με την παντοδυναμία του να τους θεραπεύσει.

Ο τρόπος που απαντούσε στους επισκέπτες του ήταν χιουμοριστικός, αλλά πίσω από τις εύθυμες φράσεις του κρύβονταν βαθιά νοήματα. Ένα σχετικό περιστατικό είναι το εξής: Ένας επισκέπτης του δώρισε μία αλοιφή για τα αρθρικά που θα τον ανακούφιζε από τους πόνους του. Τότε ο Γέροντας απάντησε: «Βρε ευλογημένε, τι να την κάνω αυτή την αλοιφή; Για τα αθλητικά δεν έχει καμία; Εγώ μόνο για αθλητικά χρειάζομαι αλοιφή».⁸⁷ Ο Γέροντας ήταν πράγματι αθλητής, αθλητής στον αγώνα δρόμου προς τις πύλες του Παραδείσου στην οδό της Θείας Χάριτος του Χριστού.

Κάποτε ένας αγροτικός γιατρός είχε πει στο Γέροντα ότι ο κόσμος βασανίζεται από τρεις ασθένειες: τις καρδιοπάθειες, τις ψυχασθένειες και τον καρκίνο. Τότε ο Γέροντας τον διόρθωσε: τα διαζύγια, τις ψυχασθένειες και τον καρκίνο.

88^{ος} Ψαλμός: Για να δυναμώσει ο Θεός τους φιλάσθενους και αδύναμους ανθρώπους, για να μπορούν να εργάζονται χωρίς να κουράζονται και να θλίβονται.

102^{ος} Ψαλμός: Για να έλθουν τα έμμηνα, όταν καθυστερούν.

106^{ος} Ψαλμός: Για να λύσει ο Θεός τη στέρωση των γυναικών.

113^{ος} Ψαλμός: Για να θεραπεύσει ο Θεός τα καθυστερημένα διανοητικά και τα παιδιά με σύνδρομο ντάουν.

122^{ος} Ψαλμός: Για να δώσει ο Θεός το φως στους τυφλούς και να θεραπεύσει τα πονεμένα μάτια.

125^{ος} Ψαλμός: Για να θεραπεύσει ο Θεός τους ανθρώπους που πάσχουν από συνεχείς πονοκεφάλους.

128^{ος} Ψαλμός: Για να θεραπεύσει ο Θεός τους ανθρώπους που πάσχουν από ημικρανία και πονοκεφάλους.

142^{ος} Ψαλμός: Για να προστατέψει ο Θεός τη μητέρα στον καιρό της εγκυμοσύνης, να μην αποβάλει.

145^{ος} Ψαλμός: Για να σταματήσει ο Θεός τις αιμορραγίες των ανθρώπων.

146^{ος} Ψαλμός: Για να θεραπεύσει ο Θεός τους ανθρώπους που έχουν κτυπηθεί και πληγωθεί στις σιαγόνες από κακούς ανθρώπους, στο ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, ο.π., σ. 161-173.

⁸⁷ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, *Σκεύος Εκλογής (Γέρων Παΐσιος 1924-1994)*, Τόμος β', Άγιον Όρος-1996, σ. 96.

Στη συνέχεια ο ιατρός τον ρώτησε αν οι ψυχασθενείς είναι δαιμονισμένοι. Εκείνος απάντησε ότι δεν είναι και μάλιστα χρειάζεται να έχει κανείς διάκριση σε τέτοιες περιπτώσεις. Παρέθεσε το γεγονός κατά το οποίο ένα παιδί έπαθε σοκ και απέκτησε ψυχασθένεια, γιατί μπροστά στα μάτια του έσφαξαν τον παππού του. Σε αυτή την περίπτωση το παιδί αρρώστησε, αλλά δεν ήταν δαιμονισμένο. Αντίθετα, όταν τον επισκέφτηκε ένας δαιμονισμένος δεν μπορούσε να αντέξει τον αγιασμό και το σταυρό πάνω του και διαμαρτυρόταν.⁸⁸

Σύγκρινε την υγιεινή του σώματος με την καθαρότητα της ψυχής κάνοντας την εξής παρομοίωση: «Η καθαριότητα έχει την ιδιότητα να διώχνει τις μύγες και τα μικρόβια και να χαρίζει την υγεία στον άνθρωπο, όπως και η καθαρότητα της ψυχής φυγαδεύει τους δαίμονες, όταν δε δώσουμε δικαιώματα. Έξω φυσικά δεν μπορούμε να τους εμποδίσουμε, ούτε και μας βλάπτουν την ψυχή μας.

Οι μύγες συνήθως μαζεύονται και στα πολλά καλομαγειρευμένα φαγητά, που έχουν μυρωδικά και σάλτσες. Όταν τα αποφεύγουμε αυτά, τα ταγκαλάκια⁸⁹ πάλι βρίσκονται μακριά και αφοπλισμένα».⁹⁰

Πριν αρκετά χρόνια ένας άνθρωπος που υπέφερε από σωματικές ενοχλήσεις, αλλά οι γιατροί αδυνατούσαν να κάνουν ακριβή διάγνωση, επισκέφτηκε το Γέροντα. Εκείνος αφού συζήτησε μαζί του, του είπε ότι το πρόβλημα προέρχεται από το κεφάλι του, αλλά δεν είναι άξιο ανησυχίας, καθώς με μία εγχείρηση θα γίνει απολύτως καλά. Οι γιατροί παρόλα αυτά δεν έπραξαν τίποτα, γιατί δεν πείστηκαν από τα λόγια του Γέροντα. Όταν λίγα έτη αργότερα ήρθε στην Ελλάδα ο αξονικός τομογράφος, υποβλήθηκε σε εξετάσεις και διαπιστώθηκε ότι η διάγνωση του Γέροντα συνέπιπτε με εκείνη του ιατρικού μηχανήματος.⁹¹ Ήταν φανερό ότι ο Γέροντας ήταν φωτισμένος με τη Χάρη του Αγίου Πνεύματος.

⁸⁸ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, ο.π., σσ. 96-97.

⁸⁹ Ο Γέροντας Παΐσιος συνήθιζε να αποκαλεί τους δαίμονες «ταγκαλάκια».

⁹⁰ ΓΕΡΟΝΤΟΣ ΠΑΪΣΙΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, *Επιστολές*, ο.π., σ. σ.187-188.

⁹¹ ΙΕΡΟΜΟΝΑΧΟΥ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΓΙΟΡΕΙΤΟΥ, *Σκέυος Εκλογής (Γέρων Παΐσιος 1924-1994)*, ο.π., σ. 185.

ΓΕΡΟΝΤΙΣΣΑ ΓΑΒΡΙΗΛΙΑ

Σύντομο βιογραφικό σημείωμα:

Η Γερόντισσα Γαβριηλία Παπαγιάννη, κατά κόσμο Αυρηλία, γεννήθηκε στις 15 Οκτωβρίου του 1897 στην Κωνσταντινούπολη. Ο πατέρας της ήταν πλούσιος ξυλέμπορος κι έζησε σε ένα περιβάλλον με πολλές ανέσεις στο Φανάρι. Ήταν το τέταρτο και το τελευταίο παιδί της οικογένειας. Στα παιδικά της χρόνια ήταν ένα αξιαγάπητο κοριτσάκι. Μετά το Γυμνάσιο συνέχισε τις σπουδές της στην Ελβετία στην Σχολή Γεωπονικής του Estavayer-Le-Lac. Αγαπούσε ιδιαίτερα τα φυτά, τους μιλούσε και τα φρόντισε πολύ.

Το 1923 βρίσκεται στη Θεσσαλονίκη με την οικογένειά της. Αργότερα πηγαίνει στην Αθήνα, όπου και έπιασε δουλειά σε ψυχιατρική κλινική όπου παρέμεινε μόνο ένα χρόνο. Στη συνέχεια πήγε στην Αγγλία. Εκεί δούλεψε σε διαφορετικές εργασίες και παράλληλα βοηθούσε πλήθος απόρων και ανέργους και φρόντιζε αφιλοκερδώς τους φτωχούς. Το 1954 έχασε τη μητέρα της και τότε άρχισε για εκείνη η μεγάλη περιπέτεια της πίστης στο Χριστό.

Έκανε ιεραποστολή στις πέντε ηπείρους της γης. Το 1954 πήγε στην Ινδία όπου και έμεινε 5 χρόνια. Εκεί βοηθούσε ακατάπαυστα λεπρούς και αρρώστους και τους έδειχνε απεριόριστη αγάπη. Είχε απόλυτη εμπιστοσύνη στον Θεό και γι' αυτό ποτέ δεν κρατούσε χρήματα πάνω της. Βοηθούσε πλήθος ανθρώπων και βάπτισε πολλούς χριστιανούς ορθόδοξους. Ποτέ δεν μιλούσε σε άλλους για τον Χριστό αν δεν της το ζητούσαν οι ίδιοι.

Μετά την Ινδία πήγε στα Ιμαλάια για έναν χρόνο με ελάχιστη τροφή, μόνη μόνω τω Θεώ, και προσευχόταν αδιαλείπτως. Η ίδια έλεγε αργότερα ότι εκείνο τον χρόνο έζησε τον ησυχαστικό μοναχισμό χωρίς καν να το γνωρίζει! Μετά από χειρουργείο που είχε στο μάτι, όπου και θεραπεύτηκε, παρέμεινε στην Αθήνα στην Ιερά Μονή Ευαγγελίστριας. Μέσα από το μοναστήρι αλληλογραφούσε και βοηθούσε πολλούς ανθρώπους.

Ακολουθεί η Αφρική, η Αθήνα, όπου έμεινε στο σπίτι των αγγέλων, όπως το αποκαλούσαν τα πνευματικά της παιδιά, όπου κάθε μέρα δεχόταν πονεμένους

ανθρώπους και τους βοηθούσε. Στη συνέχεια έμεινε στην Αίγινα και τη Λέρο, όπου και κοιμήθη σε ηλικία 95 ετών, στις 28 Μαρτίου του 1992.⁹²

Απόψεις της Γερόντισσας Γαβριηλίας για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου:

Η Γερόντισσα Γαβριηλία ήταν ένα φωτισμένο πρόσωπο που συνδύασε τη γνώση της στη φυσιοθεραπεία, το διαυγές πνεύμα και την αγιότητα της ψυχής. Ο τρόπος με τον οποίο αναφέρθηκε στην σωματική και την ψυχική υγεία, καθώς και στην ιατρική επιστήμη και τα φάρμακα ήταν ιδιαίτερα ξεχωριστός.

Όταν κάποιος την ρώτησε πως κατάφερε μέσω της φυσιοθεραπείας να μιλήσει στις ψυχές των ανθρώπων εκείνη απάντησε ως εξής: «Όταν πήγα στο Λονδίνο να σπουδάσω, με ρώτησε ένας φίλος, ένας περίφημος Ρώσος θεολόγος, ο Νίκολας Ζέρνωφ: «Γιατί σπουδάζεις τέτοιο πράγμα; Εσύ έπρεπε να σπουδάσεις Θεολογία, για να μιλάς στις ψυχές των ανθρώπων». Κι εγώ του απάντησα: «Το ρητό μου είναι μέσω των ποδιών στην καρδιά».⁹³ Αργότερα, όμως, όταν τον ξανασυνάντησε του είπε ότι τώρα πάει κατευθείαν στην καρδιά.

Σύμφωνα με την άποψή της, όταν ένας άνθρωπος καταγίνεται ως γιατρός, νοσηλευτής, φυσιοθεραπευτής ή οτιδήποτε έχει σχέση με το σώμα, ο άρρωστος του ανοίγει την ψυχή του, για να του εκφράσει τον πόνο του. Πίστευε ότι πίσω από κάθε ασθένεια, είναι ο ψυχικός πόνος. Έλεγε χαρακτηριστικά: «Χωρίς να πάθει το μυαλό και η ψυχή, το σώμα δεν αρρωστά».⁹⁴ «Από το κεφάλι αρχίζει η αρρώστια. Με μια σκέψη. Με μια αγωνία».⁹⁵

Θεωρούσε ότι, ό,τι έχει σχέση με το σώμα του ανθρώπου, έχει σχέση και με την ψυχή του. «Αν πάτε κάποτε να θεραπεύσετε ένα χέρι που πονεί, ή ένα πόδι, βλέπετε ότι πονεί περισσότερο η ψυχή κι ότι μέσα στο στήθος του χτυπά μια απογοητευμένη καρδιά».⁹⁶

Για τις ασθένειες όπως το AIDS συνιστούσε καθαριότητα. Επιπλέον, έδινε μια σειρά από συμβουλές υγείας:

⁹² <http://vatopaidi.wordpress.com>

⁹³ Γερόντισσα Γαβριηλία 2.10.1897-28.3.1992, *Η ασκητική της αγάπης. Γαβριηλίας μοναχής*, Σειρά Τάλαντο, Αθήνα-1998, σ. 337.

⁹⁴ ο.π., σ. 337.

⁹⁵ Αυτόθι.

⁹⁶ ο.π., σ. 338.

«Στον ύπνο το κεφάλι να είναι προς την Ανατολή ή το νότο. Όχι Βορρά ή Δύση.

Ποτέ μαύρα ρούχα κατάσαρκα. Απορροφούν τη ζωτικότητα μας.(όπως η ζέστη του ήλιου)

Ν' αγαπάμε τα ζώα, αλλά να μην τα χαϊδεύουμε, ιδιαίτερα γατιά, σκυλιά. Μας «κατεβάζουν».(ιδιαίτερα μετά την προσευχή)

Ποτέ μικρό παιδί κοντά σε άρρωστο, γιατί του παίρνει όλη τη δύναμη, χωρίς να το θέλει.

Αν κάποια στιγμή νιώσει κανείς κούραση στο δρόμο αγγίζοντας τον κορμό ενός δέντρου, παίρνει δύναμη και συνεχίζει.(τους Αγίους όμως τα δέντρα τους προσκυνούν)

Αν θέλουμε να μην πάθουμε κότσι, κάλους ή μύκητες, να φοράμε πέδιλα και βαμβακερές κάλτσες χειμώνα- καλοκαίρι.

Για να ελαφρύνει η ατμόσφαιρα μετά από λυπητερή επίσκεψη, άνοιγμα τα παράθυρα του δωματίου.

Ύπνος με ανοιχτά παράθυρα. Πάντα.

Αν δε θέλουμε να χαλάσουμε τα μάτια μας, ποτέ διάβασμα με ηλεκτρικό φως. Όσο μπορούμε».⁹⁷

Πίστευε ότι η άρνηση και η λέξη «όχι» καταστρέφει την ενέργεια του ανθρώπου. Όσο για τις κακοτυχίες έλεγε ότι πρέπει να τις δέχεται κανείς με αγάπη. Να μη σκέφτεται αρνητικά και να αναρωτιέται, γιατί έπαθε αυτό το κακό. «Όταν βλέπεις τον άλλο με τη γάγγραινα, τον καρκίνο ή την τύφλωση, να μη λες, γιατί το περνά αυτό, αλλά να παρακαλεις το Θεό να σου χαρίσει το όραμα της άλλης όχθης. Τότε θα βλέπεις όπως οι Άγγελοι τα γινόμενα εδώ όπως πραγματικά είναι: ΟΛΑ στο σχέδιο του Θεού. ΟΛΑ».⁹⁸

Η ίδια η γερόντισσα Γαβριηλία είχε περάσει μία σοβαρή περιπέτεια με τη σωματική της υγεία, που από ό,τι αποδείχτηκε ήταν απλώς μία δοκιμασία σαράντα ημερών. Συγκεκριμένα την προσέβαλε η θανατηφόρα αρρώστια του καρκίνου. Όταν την ρωτούσαν, τι έχει, εκείνη απαντούσε με σοφό χαμόγελο: «Τίποτε. Ένα καρκινάκι. Δόξα τω Θεώ».⁹⁹ Οι λεμφαδένες και ο λαιμός της είχαν πρηστεί και υπέφερε από ισχυρούς πόνους. Είχε φθάσει το Πάσχα και έτσι το Μεγάλο

⁹⁷ ΓΕΡΟΝΤΙΣΣΑ ΓΑΒΡΙΗΛΙΑ, ο.π., σ. 331.

⁹⁸ ο.π., σ. 356.

⁹⁹ ο.π., σ. 146.

Σάββατο, 14 Απριλίου 1990¹⁰⁰, πήγε στην Εκκλησία της Αγίας Παρασκευής, για να μεταλάβει μετά το «Ανάστα ο Θεός». Επέστρεψε σπίτι και διαπίστωσε με ψηλάφηση ότι η ασθένεια είχε εξαφανιστεί με τη θέληση Του Κυρίου.

Η ασκητική της αγάπης της Γερόντισσας Γαβριηλίας φάνηκε και με την αντιμετώπιση της λέπρας. Σύμφωνα με τα λεγόμενά της στην Ινδία και στις περισσότερες χώρες του κόσμου οι ειδικοί επιστήμονες πιστεύουν ότι η αρρώστια της λέπρας μπορεί να εκδηλωθεί 10-20 χρόνια μετά τη μετάδοσή της. Οι Ινδοί ιατροί απέφευγαν να αγγίζουν τους ασθενείς και τους εξέταζαν κυριολεκτικά με τα χέρια στις τσέπες. Τότε η Γερόντισσα τους έλεγε με εμφανή χιουμοριστικό τόνο: «Μη φοβάσθε! Μόνο στην άλλη «ζωή» σας, όπως λέτε, θα εκδηλωθεί. Άμα... ξαναγεννηθείτε»... Η ίδια αντιμετώπιζε τους ασθενείς με αγάπη και φροντίδα και ποτέ δε σκέφτηκε ότι κινδύνευε να αρρωστήσει κι εκείνη εξαιτίας της συχνής επαφής. Πίστευε ότι μόνο αν το επέτρεπε ο Θεός για κάποιο λόγο, θα αρρώσταινε κι εκείνη.

Ένωθε το συνάνθρωπό της ένα κομμάτι από τον εαυτό της και έλεγε χαρακτηριστικά: «Το να λες πάω να βοηθήσω τους λεπρούς, αυτή είναι μία μεγάλη ουτοπία! Γιατί όταν έρχεται εκεί ένα νέο κορίτσι είκοσι χρόνων και σου δίνει ένα χέρι που πρέπει να του κόψεις με το ψαλίδι όλη τη γάγγραινα... ποιος ποιον βοηθά; Εγώ, που κόβω και τρέμει η ψυχή μου μέσα μου για την καημένη αυτή; Ή αυτή που σου λέει: «Αφού ο Θεός έτσι το θέλει, κόβε, κόβε, κόβε λοιπόν»... Ποιος παίρνει βοήθεια; Εγώ παίρνω...».¹⁰¹

¹⁰⁰ Γερόντισσα Γαβριηλία, ο.π., σ. 147.

¹⁰¹ ο.π., σ. 260.

ΓΕΡΟΝΤΑΣ ΕΠΙΦΑΝΙΟΣ Ι. ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΣ

Σύντομο βιογραφικό σημείωμα:

Ο Γέροντας Έπιφάνιος Ί. Θεοδωρόπουλος, κατά κόσμο Ετεοκλής, γεννήθηκε στο χωριό Βουρνάζιο της Καλαμάτας, στις 21 Δεκεμβρίου του 1930. Ήταν το πρώτον από τα έξι παιδιά της οικογένειάς του. Η οικογένειά του ήταν πλούσια και ευσεβής. Ακόμα και όταν ήταν νήπιο και τον ρωτούσαν τι θα γίνει, όταν μεγαλώσει, έλεγε ότι θα γίνει ιερέας. Το Δημοτικό σχολείο και το Γυμνάσιο το τελείωσε στην Καλαμάτα. Το 1949 εγγράφεται στη Θεολογική Σχολή του Πανεπιστημίου Αθηνών. Είχε πνευματικά χαρίσματα και μελετούσε σε βάθος.

Πίστευε ότι κάθε υποψήφιος κληρικός και μάλιστα ο άγαμος έπρεπε να καταφεύγει στα Ορθόδοξα Μοναστήρια, ώστε να ευεργετηθεί σε πνευματικό επίπεδο και να θεμελιώσει τη γνήσια κατά Χριστόν ζωή.

Όταν συμπλήρωσε το 25ο έτος της ηλικίας του χειροτονήθηκε άγαμος κληρικός, από το Μητροπολίτη Αιτωλίας και Ακαρνανίας κ. Ίερόθεο, στις 9 Νοεμβρίου του 1956 και λαμβάνει το όνομα Έπιφάνιος, παρόλο που δέχτηκε πόλεμο. Όταν συμπλήρωσε το τριακοστό έτος της ηλικίας του, το 1961, ο π. Έπιφάνιος χειροτονήθηκε πρεσβύτερος από το Μητροπολίτη Έλευθερουπόλεως κ. Αμβρόσιον.

Ήταν ιερέας άμισθος και ανασφάλιστος και σε όλη τη διάρκεια της ζωής του δεν πήρε καθόλου χρήματα. Για να διασφαλίζει τα προς το ζην έκανε διορθώσεις τυπογραφικών δοκιμίων των εκδόσεων «Αστήρ» των Αδελφών Παπαδημητρίου. Αφοσιώθηκε στο Μυστήριο της Ιεράς Έξομολογήσεως, στο παρεκκλήσι των «Τριών Ιεραρχών» (Μενάνδρου 4). Παρά την αυστηρότητα του, ένα πλήθος ανθρώπων κάθε ηλικίας, τάξεως και μορφώσεως καταφεύγει κοντά του και αναπαύεται πνευματικώς Ήταν ένας ασκητής στο κέντρο της Αθήνας. Είχε κάνει άρση της κρεοφαγίας για σαραντατρία έτη μέχρι και την κοίμησή του. Σπάνια κατάφερνε να κοιμηθεί περισσότερο από τριάντα λεπτά λόγω των υποχρεώσεών του και της αϋπνίας του.

Ο Γέροντας Έπιφάνιος αρνήθηκε επανειλημμένως να γίνει επίσκοπος. Παράλληλα, με το πνευματικό έργο που επιτελούσε, δημοσίευσε πλήθος άρθρων σε διάφορα εκκλησιαστικά περιοδικά και έγραψε είκοσι δύο βιβλία.

Το 1976 μετά από παρότρυνση των πνευματικών του παιδιών, ίδρυσε το Ησυχαστήριο της Κεχαριτωμένης Θεοτόκου στην Τροιζήνα, υπό την εκκλησιαστική δικαιοδοσία της Ιεράς Μητροπόλεως Ύδρας, Σπετσών και Αιγίνης. Στις 15 Απριλίου του 1977 εγκαταστάθηκε η μικρή Αδελφότητα του Ησυχαστηρίου. Ο Γέροντας Έπιφάνιος δεν επέτρεψε να μπουν στη Μονή πολυτελή και φαντακερά άμφια, τα όποια προκαλούν. Προτιμούσε τας υφαντές στολές των Καλαμών.

Ο Γέροντας αντιμετώπιζε συχνά προβλήματα υγείας. Η έλλειψη ξεκούρασης και το βαρύ πρόγραμμά του επιβάρυναν την κατάσταση της υγείας του. Το 1982 παρουσίασε ισχυρότατους στομαχικούς πόνους. Το Νοέμβριο του ίδιου έτους έπαθε γαστρορραγία από έλκος, το οποίο εξελίχθηκε σε καρκίνο. Στις 7 Δεκεμβρίου 1982 νοσηλεύεται σε νοσοκομείο, προκειμένου να χειρουργηθεί. Του αφαίρεσαν τα 3/4 περίπου του στομάχου του. Συνέχισε το υπόλοιπο της ζωής του με φρικτούς πόνους και τλαιπωρίες.

Το 1988 χειρουργήθηκε για δεύτερη φορά, αλλά η κατάσταση της υγείας του είχε πλέον επιδεινωθεί. Τα παυσίπονα δεν κατάφεραν να του καταπραΰνουν τον πόνο. Ο ίδιος οργάνωσε την ταφή του και τελικά στις 10 Νοεμβρίου 1989 παρέδωσε την ψυχή του στον Κύριο.¹⁰²

Οι απόψεις του Γέροντα Επιφανίου για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου:

Ο Γέροντας Επιφάνιος με το φωτισμένο πνεύμα του έχει απαντήσει σε καίρια ιατρικά θέματα και έχει δώσει φως σε προβληματισμούς που απασχολούν έντονα τον άνθρωπο.

Σχετικά με την άποψη των ψυχιάτρων που θεωρούν ως αίτιο μερικών ψυχασθενειών την εγκράτεια κατά τη νεανική ηλικία, έδωσε την εξής απάντηση: «Η τοποθέτησή τους είναι λανθασμένη και η εξήγηση γι' αυτό είναι πολύ απλή. Όσοι επισκέπτονται τον ψυχίατρο είναι ασθενείς. Δεν πάει κανείς στον ψυχίατρο στα καλά καθούμενα, δηλαδή υγιής. Επειδή τώρα ένα ποσοστό των ασθενών αυτών δεν έχει σαρκικές σχέσεις, βγάζουν το συμπέρασμα εν συνδυασμό και με τις φροϋδικές θεωρίες ότι η αιτία των νευροψυχικών διαταραχών είναι η εγκράτεια.

¹⁰² www.oparadeisos.wordpress.com

Εγώ όμως γνωρίζω δεκάδες νέων οι οποίοι είναι εγκρατείς και φυσικά έχουν θαυμάσια ψυχική υγεία».¹⁰³

Η ψυχανάλυση ξεκίνησε από το Φρόυντ, πίστευε ότι οι ψυχικές διαταραχές είναι αποτέλεσμα της καταπίεσως της σεξουαλικής ορμής, του γενετήσιου ενστίκτου του ανθρώπου. Και συνεχίζει λέγοντας ότι κατά την ψυχανάλυση χρησιμοποιούνται ειδικές μέθοδοι όπως ερωτήσεις και ύπνωση, για να ανασύρουν από το υποσυνείδητο του πάσχοντα τις παλαιές ψυχοτραυματικές εμπειρίες και έτσι να ανακαλύψει την αφετηρία της ενοχής του. Και πάλι αυτή η ενοχή έχει σχέση με την ικανοποίηση της γενετήσιας ορμής.

Η ίδια όμως η εποχή στην οποία ζούμε διέψευσε το Φρόυντ, διότι σύμφωνα με τη θεωρία του, εφόσον σήμερα δεν υπάρχει καταπίεση του σεξουαλικού ενστίκτου, αλλά πλήρης απελευθέρωσή του και ικανοποίησή του, θα έπρεπε να είχαν μειωθεί οι ψυχοπάθειες. Το αντίθετο μάλιστα έχουν αυξηθεί.

Ο γέροντας θεωρούσε ότι η ψυχανάλυση ως μέθοδος είναι «χαμένος χρόνος και σπατάλη χρημάτων». «Η κλασσική ιατρική, η οποία εφαρμόζει μια θεωρία μόνο αν αυτή έχει να επιδείξει αναντίρρητα θεραπευτικά αποτελέσματα, δε χρησιμοποιεί την ψυχανάλυση ως θεραπευτικό μέσο, διότι μέχρι σήμερα η τελευταία αυτή δεν κατόρθωσε να προσκομίσει στοιχεία τα οποία να αποδεικνύουν ότι έχει θεραπευτική αξία».¹⁰⁴ Ο γέροντας Επιφάνιος, όπως άλλωστε αναλύσαμε και παραπάνω στο γέροντα Πορφύριος, ενώ φαίνεται εκ πρώτης όψεως να κατακρίνει το αντικείμενο της ψυχιατρικής επιστήμης, ουσιαστικά καυτηριάζει τον προσανατολισμό που λαμβάνει από ορισμένους επιστήμονες. Η ρίζα «ψυχ-« στους όρους Ψυχολογία, Ψυχιατρική, Ψυχανάλυση, Ψυχοθεραπεία χρησιμοποιείται καταχρηστικά και δεν παραπέμπει στην έννοια της ψυχής, όπως νοείται από τους γέροντες και από τη Ορθόδοξη χριστιανική παράδοση.¹⁰⁵ Οι συγκεκριμένες επιστήμες δεν έχουν ως αντικείμενό τους την ψυχή, αλλά «τις συμπεριφορικές εκδηλώσεις και τις διαταραχές στο επίπεδο των διαπροσωπικών σχέσεων της πεπτωκυίας ανθρώπινη φύσης»¹⁰⁶. Οι γέροντες μιλούν για την ουσιαστική ψυχοσωματικής φροντίδας του ανθρώπου που είναι η νήψη¹⁰⁷, δηλαδή ο αγώνας κατά των παθών, που θα τους οδηγήσει στην θέωση. Η θεραπευτική

¹⁰³ ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΣ Επιφάνιος Αρχιμανδρίτης, ο.π., σ. 220.

¹⁰⁴ ο.π., σ. 220.

¹⁰⁵ Πρωτοπρ. Αδαμάντιος ΑΥΓΟΥΣΤΙΔΗΣ, *Ψυχιατρική και Πνευματική ζωή*, σ. 2.

¹⁰⁶ αυτόθι.

¹⁰⁷ ΑΥΓΟΥΣΤΙΔΗΣ, ο.π., σ. 3.

μέθοδος των παραπάνω επιστημών βασίζεται σε κτιστές μεθόδους, ενώ οι προτάσεις του γέροντα στις άκτιστες ενέργειες της Αγίας Τριάδας.¹⁰⁸

Η γνώμη του για τα ψυχοφάρμακα δεν είναι απορριπτική. Συγκεκριμένα, πίστευε ότι «τα ψυχοφάρμακα και τα ηρεμιστικά δεν μπορούν με κανένα τρόπο να δώσουν στην ψυχή του ανθρώπου την ποθούμενη ηρεμία, ούτε να φέρουν παρηγοριά και ελπίδα στην ψυχή μιας μητέρας που για παράδειγμα της απεβίωσε ο γιος, ούτε ακόμη να απαλλάξουν τη συνείδηση ενός ανθρώπου από τις τύψεις των αμαρτιών τις οποίες διέπραξε. Αυτά τα δωρήματα μόνον «άνωθεν καταβαίνουνσι, εκ του Πατρός των φώτων». Και μόνον οι Λειτουργοί (οι Ιερείς και μάλιστα οι Πνευματικοί) της Εκκλησίας μπορούν να θεραπεύσουν αυτές τις καταστάσεις των ανθρώπων».¹⁰⁹

Το άγχος, η κατάθλιψη και η μελαγχολία δεν έχουν πάντα την αιτία τους σε κάποια προβληματική κατάσταση που πέρασε ο άνθρωπος και τον εξουθένωσε και τον καταπίεσε. Εμφανίζονται και από παράγοντες που ξεκινούν από το νευρικό σύστημα (εγκέφαλο) του ανθρώπου, δηλαδή από διαταραχή των ανωτέρων λειτουργιών του εγκεφάλου, όπως του συναισθήματος, της σκέψης, της βουλήσεως και άλλα. Τα ψυχοφάρμακα σε αυτή την περίπτωση δρουν στις λειτουργίες του εγκεφάλου με σκοπό να τις επαναφέρουν στον κανονικό τους ρυθμό. Ο άνθρωπος δεν είναι μόνο ψυχή, αλλά και σώμα. «Κι επειδή ο εγκέφαλος, μέσω του οποίου εκδηλώνεται η ψυχή, είναι όργανο του σώματος, με υλικά μέσα, δηλαδή με φάρμακα ή παλαιότερα με ινσουλινικά κώματα ή ηλεκτροσόκ, πρέπει να αντιμετωπισθούν οι διαταραχές του».¹¹⁰

Στη συνέχεια εξηγεί πώς η ψυχή εκδηλώνεται μέσω του εγκεφάλου ως εξής: «Μια εικόνα την οποία θα μπορούσαμε να χρησιμοποιήσουμε, για να περιγράψουμε τη σχέση ψυχής και εγκεφάλου είναι του βιολιού με το βιολιστή. Όπως δεν μπορεί να βγάλει καλή μουσική και ο καλύτερος βιολιστής, αν το βιολί είναι σπασμένο ή ξεκούρδιστο, κατά τον ίδιο τρόπο και η συμπεριφορά του ανθρώπου δεν θα είναι άρτια, αν ο εγκέφαλός του παρουσιάζει κάποια διαταραχή, οπότε δεν μπορεί να εκδηλωθεί σωστά η ψυχή. Τη διαταραχή ακριβώς αυτή του

¹⁰⁸ ο.π., σ. 5.

¹⁰⁹ ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΣ Επιφάνιος, ο.π., σ. 222.

¹¹⁰ ο.π., σ. 223.

εγκεφάλου προσπαθεί η ιατρική να την διορθώσει με τα φάρμακα και να υποβοηθήσει την ψυχή να εκδηλώνεται σωστά».¹¹¹

Το ερώτημα αν θα πρέπει οι χριστιανοί να χρησιμοποιούν ψυχοφάρμακα είναι πολύ συχνό. Ο Γέροντας απαντά σε αυτή την ερώτηση με μία νέα ερώτηση που είναι η εξής: «Γιατί δεν υποβάλλετε το ίδιο ερώτημα και για το βρογχικό άσθμα, το έκζεμα, την ημικρανία, το γλαύκωμα, το έλκος του δωδεκαδάκτυλου;».¹¹² Το άγχος και η μελαγχολία, όπως προαναφέρθηκε, δεν προέρχονται μόνο από διαταραχή της ψυχής, αλλά κι από τη διαταραχή του εγκεφάλου ή και συνδυασμό και των δύο. Εκτός από την ιατροφαρμακευτική βοήθεια συνιστά προσέγγιση στα Μυστήρια της Εκκλησίας και προσευχή.

Όταν ρωτήθηκε κατά πόσο ισχύει η άποψη ότι οι ψυχοπαθείς είναι δαιμονισμένοι, απάντησε ότι μόνο ένα μικρό ποσοστό από αυτούς κυριευθεί από δαιμόνιο. Η πλειονότητα των ψυχοπαθών δεν είναι δαιμονισμένοι, ούτε οι εκδηλώσεις της ψυχοπάθειάς τους οφείλονται σε δαιμονική επενέργεια. Η Εκκλησία μπορεί να διαγνώσει το δαιμονισμό από τη στάση του πάσχοντος έναντι των Ιερών Μυστηρίων: θείας Κοινωνίας, Εξομολογήσεως, ή έναντι του Ευαγγελίου, του Τιμίου Σταυρού, των ιερών λειψάνων ή των αγίων εικόνων και γενικότερα των ιερών πραγμάτων.¹¹³

Αναφέρει και ως παράδειγμα ψυχώσεως σε αγίους, την Αγία Ολυμπιάδα τη διακόνισσα που μετά την εξορία του ιερού Χρυσοστόμου, πνευματικού πατρός της, έπαθε κατάθλιψη και την παρηγορούσε με τις επιστολές του ο Άγιος αυτός υπενθυμίζοντάς της τη θεία ανταπόδοση γι' αυτούς που διώκονται στο όνομα του Ιησού Χριστού.¹¹⁴

Σύμφωνα με την άποψη του Γέροντα Επιφανίου μόνο μερικοί από τους επιληπτικούς έχουν δαιμόνιο, αφού σε πολλούς από αυτούς πάσχει ο εγκέφαλος και αυτό έχει ως συνέπεια τις εκδηλώσεις των σπασμών, της κωφαλαλίας και άλλα.

Θεωρούσε ότι η καταφυγή στην ιατρική επιστήμη δεν αναιρεί την επίκληση της θείας βοήθειας. Επομένως, οι χριστιανοί δεν πρέπει να αρνούνται την ιατρική επικουρία, αλλά ταυτόχρονα πρέπει να προσεύχονται, ώστε οι γιατροί που θα τους εξετάσουν να είναι φωτισμένοι από το Θεό και να κάνουν τη σωστή διάγνωση.

¹¹¹ ο.π., σ. 223.

¹¹² ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΣ Επιφάνιος, ο.π., σ. 224.

¹¹³ ο.π., σ. 225.

¹¹⁴ Αυτόθι.

Είναι γνωστό άλλωστε ότι χωρίς τη σωστή διάγνωση δεν είναι δυνατόν να προταθούν οι απαραίτητες εξετάσεις και να χορηγηθεί η κατάλληλη ιατροφαρμακευτική θεραπεία. Επίσης, προέτρεπε τους ανθρώπους να προσεύχονται με θέρμη, για να τους ενισχύσει ο Θεός με υπομονή, ώστε να βγουν κερδισμένοι ψυχικά μέσα από τη δοκιμασία της ασθένειας.

Τονίζει ότι πάντοτε του άρεσε ο ορισμός της ιατρικής «ως της επιστήμης που μάχεται εναντίον του θανάτου και προσπαθεί για την παράταση της ζωής».¹¹⁵ Ο ίδιος ο ασθενής, αλλά και οι οικείοι του ωφελούνται σε υπομονή, κατανοούν τη ματαιότητα των εγκόσμιων, φιλοσοφούν για τη ζωή και το θάνατο, τους δίνεται η ευκαιρία να συμπονούν και να προσφέρουν ανιδιοτελώς την αγάπη τους στον συνάνθρωπό τους. Άλλωστε αυτοί που πραγματικά αγαπούν στις δύσκολες ώρες ξεχωρίζουν.

Θεωρούσε σημαντικό κριτήριο την κατάσταση της σωματικής και ψυχικής υγείας για την κατάλυση της νηστείας. Έλεγε χαρακτηριστικά: «Εγώ εξομολογώ κατάκοιτους, που πέρασαν εγκεφαλικό επεισόδιο ή έμφραγμα ή είναι ανάπηροι από διάφορα κληρονομικά νευρολογικά νοσήματα, οι οποίοι όχι μόνο μπορούν να νηστεύουν, αλλά και επιβάλλεται ιατρικώς λόγω της ασθένειάς τους, να νηστεύουν. Αντιθέτως έχω πνευματικοπαίδια που μπορεί να φαίνονται υγιή, επειδή είναι δραστήρια και εργάζονται, επιβάλλεται όμως να καταλύουν τη νηστεία, λόγω αφανούς παθήσεως τους, π.χ. σακχαροδιαβήτη».¹¹⁶

Επιπλέον τονίζει: «Η νηστεία έχει σκοπό να δαμάσει τις άτακτες ορμές και ορέξεις του σώματος και να ταπεινώσει τον άνθρωπο. Αν η αρρώστια έχει, κατά θεία παραχώρηση, αναλάβει το έργο αυτό, τότε τι να την κάνεις τη νηστεία;»¹¹⁷

¹¹⁵ ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΣ Επιφάνιος, ο.π., σ. 227.

¹¹⁶ ο.π., σ. 126.

¹¹⁷ ο.π., σ. 127.

ΓΕΡΟΝΤΑΣ ΙΩΣΗΦ

Σύντομο βιογραφικό σημείωμα:

Ο Γέροντας Ιωσήφ, Άσημος κατά κόσμο, γεννήθηκε στη Δρούσια, ένα μικρό χωριό της Πάφου, την 1η Ιουλίου του 1921. Η μητέρα του Ευγενία τον γέννησε όταν ήταν επτά μηνών έγκυος. Αρχικά πίστευε ότι ήταν νεκρός, αλλά τελικά έζησε. Στα παιδικά του χρόνια μεγάλωσε κοντά στους αγρότες γονείς του. Επειδή η ζωή ήταν πολύ σκληρή για εκείνους οικονομικά, αναγκάστηκε να διακόψει το σχολείο, όταν τελείωσε την Δ' τάξη του Δημοτικού και να τους βοηθήσει εργαζόμενος. Μέχρι τα δεκαπέντε του χρόνια παρέμενε στο χωριό του.

Το 1936 πήγε στην Ιερά Μονή Σταυροβουνίου με τις ευχές των γονέων του. Εκεί εκάρη μοναχός με το όνομα Σωφρόνιος. Παρέμεινε 10 χρόνια και με την ευλογία του Γέροντος Κυπριανού, πνευματικού της Μονής, πήγε στο Άγιο Όρος. Το 1947 βρίσκεται στην Σκήτη της Αγίας Άννης. Εκάρη μεγαλόσχημος λαμβάνοντας το όνομα Ιωσήφ το Σάββατο του Λαζάρου (24 Απριλίου) του 1948. Το 1951 η συνοδεία μεταφέρθηκε στα ησυχαστικά κελιά της Νέας Σκήτης κοντά στον Πύργο.

Ο Γέροντας Ιωσήφ συνασκήθηκε με τον π. Θεοφύλακτο στο κελί των Αγίων Αναργύρων της Νέας Σκήτης από το 1951 ως το 1959. Κατόπιν μεταφέρθηκε στο ερημικό τμήμα της Νέας Σκήτης όπου έχτισε με τα χέρια του μια ξηροκαλύβα, όπου ασκήθηκε άλλα οκτώ χρόνια. Το 1967 μετακόμισε στην καλύβη του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου.

Μετά από πρόσκληση του Οικουμενικού Πατριάρχη κ. Δημητρίου και προτροπή των πατέρων της Ιεράς Μονής Κουτλουμουσίου ο Γέροντας έφυγε από την Νέα Σκήτη το 1974 και ανέλαβε την πνευματική πατρότητα της Μονής, στην οποία παρέμεινε μέχρι το 1977.

Στην συνέχεια μετέβη στην Κύπρο μετά από συμβουλή του μακαρίου Γέροντος Παΐσιου και εγκαταστάθηκε στην Ιερά Μονή Τιμίου Σταυρού Μίνθης. Την 25η Μαρτίου του 1978 έγινε ηγούμενος. Στις 26 Οκτωβρίου του 1981 επιστρέφει στο Άγιο Όρος. Τον Αύγουστο του 1983 εγκαταβιώνει ξανά στην καλύβη του Ευαγγελισμού της Θεοτόκου στην Νέα Σκήτη. Ο Γέροντας Ιωσήφ ήταν και παρέμεινε ο πνευματικός πατέρας της Μονής Βατοπαιδίου μέχρι και την κοίμησή του, την 1^η Ιουλίου 2009.

Στα δεκαέξι βιβλία που συνέγραψε, καταγράφει και ερμηνεύει θέματα πράξεως και θεωρίας του ορθόδοξου χριστιανισμού. Όλη του η ζωή ήταν αφιερωμένη στην καθοδήγηση των μοναχών και των λαϊκών στην κατά Χριστόν ζωή.¹¹⁸

Απόψεις του Γέροντα Ιωσήφ για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου:

Ο Γέροντας Ιωσήφ έχει διαχωρίσει με σαφή τρόπο τη γνώση και την πίστη. Ο άνθρωπος που στηρίζεται μόνο στη γνώση του και έχει αμφιβολίες, έχει αδύναμη πίστη. Αντίθετα εκείνος που στηρίζεται απόλυτα στην αγάπη του και στην πίστη του στο Θεό του δίδεται ως δώρο γνώση πνευματική που δεν αντίκειται στην πίστη και «με τας πτέρυγας της πετά και εξερευνά τα βάθη των μυστηρίων και είναι πλέον αυτές οι δύο, πίστις και γνώσις- γνώσις και πίστις, αχώριστες αδελφές».¹¹⁹

Συμβούλευε τους ασθενείς να εναποθέσουν την ελπίδα τους στο Θεό και να αφήσουν τη γνώση να ακολουθήσει την πίστη. Ακόμη τόνιζε ότι μόνο αν πιστέψουν ότι μπορεί να τους θεραπεύσει ο Θεός θα γίνουν ξανά υγιείς.

Είναι απαραίτητο σε αυτό το σημείο να αναφερθεί ένα γεγονός κατά το οποίο μία μοναχή έγραψε στο Γέροντα Ιωσήφ ότι πάσχει και αν δεν κάνει μία εγχείρηση που της συνέστησε ο ιατρός, θα πεθάνει. Εκείνος της απάντησε λέγοντας: «Έχε πίστη. Άφησέ τα όλα εις τον Θεόν. Προτίμησε θάνατον».¹²⁰

Όταν κάποιος βάζει εμπρός του το θάνατο και τον περιμένει κάθε στιγμή, φεύγει μακριά του. Όταν όμως τον φοβάται, εκείνος τον καταδιώκει. Και πρόσθετε τα εξής λεγόμενα: «... χωρίς το θέλημα του Κυρίου, μήτε ασθενούμεν μήτε αποθνήσκομεν».¹²¹

Προέτρεπε τους ανθρώπους να πιστεύουν με όλη τη δύναμη της καρδιάς τους, γιατί σε ό,τι και να πάσχουμε, άριστος ιατρός της ψυχής και του σώματος είναι ο Χριστός. «Αρκεί να έχεις την τελείαν αυταπάρνησιν, την τελείαν πίστιν και αφοσίωσιν εις αυτόν χωρίς δισταγμόν».¹²²

¹¹⁸ <http://www.zoiforos.gr>

¹¹⁹ Γέροντος Ιωσήφ, *Έκφρασις μοναχικής εμπειρίας*, Έκδοσις Ιεράς Μονής Θιλοθέου, Άγιον Όρος-1992, σ. 175.

¹²⁰ ο.π., σ. 177.

¹²¹ ο.π., σ. 178.

¹²² ο.π., σ. 179.

Στη συνέχεια προβάλλει τη δική του εμπειρία σύμφωνα με την οποία από τότε που έγινε μοναχός όσες φορές κι αν αρρώστησε, ποτέ δε φρόντισε τον εαυτό του, ούτε άφησε κάποιον άλλο να επιμεληθεί τη σωματική του υγεία, αλλά όλη του η ελπίδα ήταν στραμμένη στον άμισθο ιατρό, Ιησού Χριστό.

Αντιμετώπιζε το θάνατο ως ανάπαυση, ένα γλυκύτατο πράγμα, το οποίο μόλις θα ερχόταν θα τον ξεκούραζε από τις θλίψεις του κόσμου. Έδινε θάρρος στους ασθενείς να μη φοβούνται τις αρρώστιες, ακόμη κι αν πάσχουν για όλη τους τη ζωή. Πάντοτε είναι παρών ο Θεός, επομένως δεν υπάρχει κανένας λόγος ανησυχίας. «Εις την αγκάλην του βασταζόμεθα. Θεόν αναπνέομεν. Θεόν περιβαλλόμεθα. Θεόν ψηλαφώμεν. Θεόν εσθίομεν εν Μυστηρίω. Όπου στρέψεις, όπου ιδής, παντού Θεός. Εν ουρανοίς, επί γης, εις τας αβύσσους, εις τα ξύλα, μέσα στις πέτρες, εις τον νου σου, εις την καρδίαν σου. Λοιπόν, δε σε βλέπει πως πάσχεις; Ότι υποφέρεις; Ειπέ εις αυτόν τα παράπονά σου και θα ιδής παράκλησιν, θα ιδής θεραπείαν, όπου να θεραπεύη όχι μόνον το σώμα, αλλά μάλλον της ψυχής σου τα πάθη».¹²³

Όταν αρρώστησε ο ίδιος βαριά, αναγκάστηκε να πάρει κάποια φάρμακα που του συνέστησαν και αυτό το γεγονός το εξηγούσε ως εξής: «Εγώ, ήλθαν κοντά μου πολλοί, και με προσευχήν και νηστεϊάν εθεραπεύθησαν. Τώρα όμως, δε με ακούει ο Κύριος, δια να μάθω και τα φάρμακα και τους ιατρούς. Να γίνω συγκαταβατικός εις τους άλλους».¹²⁴

Προς το τέλος της ζωής φάνηκε πιο ελαστικός ως προς τη χρήση των φαρμάκων και σε αυτό συνετέλεσε η μελέτη των επιστολών του Αγίου Νεκταρίου. «... προσείχε εις τους ιατρούς και τα φάρμακα ένας τόσο μεγάλος Άγιος! Εγώ ο πτωχός ασκητής όλο εις την έρημον εγήρασα και ήθελα μόνον με την πίστιν να θεραπεύσω. Τώρα μανθάνω και εγώ ότι χρειάζονται και τα φάρμακα και η χάρις. Λοιπόν τώρα θα λέγω και εγώ ωσάν τον Άγιον: Κύτταξε να γίνης καλά. Να διορθώσεις τα νεύρα σου με ό,τι τρόπον ημπορείς, και θα εύρης πάλιν την προσευχήν σου και την ειρήνην».¹²⁵

Στη συνέχεια ο Γέροντας δίνει κάποιες συμβουλές διατροφής για τη διατήρηση της σωματικής υγείας, όπως την επιβολή στην όρεξη και αποφυγή βλαβερών τροφών: τηγανητά, αλμυρά, σάλτσες, χοιρινό, κρέατα, παστά ψάρια και

¹²³ Γέροντος Ιωσήφ, ο.π., σ.σ. 181-182.

¹²⁴ ο.π., σ. 284.

¹²⁵ Αυτόθι.

ποτά. Σε περίπτωση που κάποιος ασθενήσει, να μην παρασυρθεί από τους κακούς λογισμούς του και να αναρωτιέται, γιατί του συμβαίνει αυτό. «Άβυσσος τα κρίματα του Θεού. Ας έχη δόξαν ο Κύριος όπου όλους μας αγαπά. Η αγάπη Του, εις τας ασθενείας μας και θλίψεις γνωρίζεται. Η γαρ δύναμις μου, λέγει, εν ασθενείαις τελειούται».¹²⁶

¹²⁶ Γέροντος Ιωσήφ, ο.π., σ. 285.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

Ο γέροντας Πορφύριος πίστευε ότι η ασθένεια της ψυχής είναι εκείνη που επηρεάζει τη σωματική κατάσταση και υγεία του ανθρώπου. Πολλές φορές μάλιστα θεωρούσε ότι η σωματική ασθένεια δρούσε παιδαγωγικά στην ψυχή. Με το τελευταίο συμφωνούσε και ο γέροντας Παΐσιος. Επιπλέον, ο γέροντας Πορφύριος τόνιζε ότι η κυριότερη αιτία της αρρώστιας είναι η αμαρτία. Είναι απαραίτητο να σημειώσουμε σε αυτό το σημείο ότι, όταν λέμε αμαρτία εννοούμε όλα εκείνα τα πάθη που μπορούν να βλάψουν τον άνθρωπο, ή το συνάνθρωπο ή και το φυσικό περιβάλλον. Για παράδειγμα η αλόγιστη χρήση της τεχνολογίας ουσιαστικά είναι ένα πάθος που εκδηλώνεται με την έλλειψη σεβασμού προς το περιβάλλον, επομένως και προς το Θεό, αφού Εκείνος κατέστησε τον άνθρωπο συντηρητή της γης. Η διατάραξη της οικολογικής αλυσίδας θα βλάψει τον ίδιο τον άνθρωπο. Ακόμη πόσες φορές έχουμε ακούσει ότι κάποιος άνθρωπος έπαθε ανακοπή από στεναχώρια ή αγωνία. Επομένως είναι φανερό ότι οι λόγοι του γέροντα Πορφυρίου πρέπει να εξεταστούν σε βάθος, για να γίνουν κατανοητοί.

Ο γέροντας Πορφύριος δεν έδινε απόλυτη αξία στη χρήση των φαρμάκων, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι τα απέρριπτε. Συγκεκριμένα, υποστήριζε ότι τα φάρμακα δεν είναι πανάκεια, αφού τις περισσότερες φορές δημιουργούν πρόβλημα στον οργανισμό παρά τον γιατρέυουν. Ακόμη απέναντι στην ιατρική επιστήμη στεκόταν με σεβασμό, αφού την θεωρούσε δημιούργημα της ανθρώπινης λογικής, που αποτελεί χάρισμα που δόθηκε προς τον άνθρωπο από το Θεό. Ο γέροντας Παΐσιος επίσης δεν απέρριπτε τα φάρμακα και την ιατρική. Ο γέροντας Ιωσήφ προς το τέλος της ζωής του αναθεώρησε την αυστηρότητά του προς τα φάρμακα.

Ο γέροντας Πορφύριος συμβούλευε τους ανθρώπους να έχουν απόλυτη εμπιστοσύνη στο Θεό και τους προέτρεπε να προσεύχονται με όλη τους την ψυχή, να διαβάζουν την Αγία Γραφή και να συμμετέχουν ενεργά στα Ιερά Μυστήρια της Εκκλησίας. Το ίδιο υποστήριζε και ο γέροντας Παΐσιος ο οποίος μάλιστα αποκαλούσε το Χριστό «καλύτερο γιατρό». Για τη σημασία της αγάπης και της εμπιστοσύνης προς το Θεό μίλησε με έμφαση ο Γέροντας Ιωσήφ και η Γερόντισσα Γαβριηλία.

Ο γέροντας Πορφύριος και ο γέροντας Παΐσιος ήταν προικισμένοι με το ιαματικό και προορατικό χάρισμα. Η γερόντισσα Γαβριηλία διακρινόταν για την

ασκητική της αγάπη. Ως φυσιοθεραπεύτρια μιλούσε περισσότερο με ιατρική ορολογία σε σχέση με τους Παΐσιο και Πορφύριο που χαρακτηρίζονταν από χαμηλό μορφωτικό επίπεδο, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι αλλοιώνεται η ορθόδοξη πνευματικότητά τους και ο φωτισμός του πνεύματός τους. Ο γέροντας Ιωσήφ υποστήριζε το συνδυασμό γνώσεως και πίστεως και θεωρούσε το θάνατο ανάπαυση.

Επιπλέον, η γερόντισσα Γαβριηλία είναι εμφανώς επηρεασμένη από τις ασιατικές θρησκείες, χωρίς αυτό να σημαίνει ότι της εκλείπει το ορθόδοξο χριστιανικό πνεύμα. Από την άλλη πλευρά ο Γέροντας Επιφάνιος ξεχώριζε για τη διαύγεια του πνεύματός του και την έντονη επιχειρηματολογία του σε θέματα ψυχολογίας και ιατρικής. Ο Γέροντας Παΐσιος, καθώς και ο Γέροντας Επιφάνιος, ξεχωρίζουν εμφανώς του δαιμονισμένους από τους επιληπτικούς ή τους ψυχασθενείς και τονίζουν ότι δεν πρέπει να συγχέονται μεταξύ τους οι περιπτώσεις αυτές.

Όταν διαβάζει κανείς τους σύγχρονους γέροντες και τις απόψεις τους γύρω από τη σωματική και ψυχική υγεία είναι πολύ σημαντικό να αντιληφθεί ότι τα συγκεκριμένα θέματα δεν τα προσεγγίζουν σύμφωνα με τις αρχές της Ιατρικής και της Ψυχιατρικής Επιστήμης ούτε έχουν ως στόχο να καταρρίψουν τη σπουδαιότητα του συγκεκριμένου αντικειμένου. Η Ψυχιατρική είναι ιατρική ειδικότητα που έχει ως στόχο τη μελέτη, την πρόληψη και τη θεραπεία ψυχικών διαταραχών. Η διάγνωση των ψυχικών διαταραχών βασίζεται στις νευροφυσιολογικές και κλινικές μελέτες, γι' αυτό άλλωστε έχουν το δικαίωμα να χορηγήσουν εξειδικευμένα φάρμακα, όταν το κρίνουν απαραίτητο.

Οι γέροντες, λοιπόν, δεν έχουν ως στόχο να εμποδίσουν το πολύτιμο έργο των εξειδικευμένων αυτών γιατρών, αλλά να καυτηριάσουν τη λανθασμένη κατεύθυνση που έχει πάρει η προσέγγιση κάποιων νοσούντων και κάποιων θεραπόντων. Δηλαδή, θεωρούν αδιανόητο κάποιος επιστήμονας ο οποίος έχει ως αντικείμενό του την ψυχή του ανθρώπου, να μην πιστεύει στο δημιουργό της ίδιας της ψυχής που είναι ο Θεός. Σε αυτή την περίπτωση, ενώ έχει τα μέσα εκείνα, τα οποία μπορούν να δράσουν ευεργετικά και δραστικά στον άνθρωπο, δεν τα χρησιμοποιεί ορθά. Ο στόχος τους, λοιπόν, δεν είναι να αντιταχθούν στην ιατρική επιστήμη ούτε να προσπαθήσουν να την αντικαταστήσουν, αλλά να της δώσουν «οδηγίες πλοήγησης» που θα βασίζονται στην απόλυτη αγάπη και ενδιαφέρον για τον άνθρωπο που είναι η εικόνα του Θεού.

Αυτό που κατέκριναν δεν ήταν η επιστήμη αυτή καθ' αυτή, αλλά η υπερηφάνεια που συχνά πηγάζει από τους επιστήμονες, όταν νιώσουν ότι αποκτούν τόση δύναμη με τις γνώσεις τους που γίνονται «θεοί», όχι, όμως, με την έννοια του καθ' ομοίωση. Αντιθέτως, με την έπαρση και τον εγωκεντρισμό χάνουν τον εαυτό τους και πιστεύουν ότι μπορούν να τα καταφέρουν μόνοι τους, ότι είναι ικανοί ακόμη και ζωή να δημιουργήσουν. Τότε, ο επιστήμονας χάνει τον πρωταρχικό του στόχο που είναι να υπηρετήσει τον άνθρωπο και την υγεία του και επιθυμεί να προσκυνηθεί ο ίδιος ως παντοδύναμος θεός.

Ο γέροντας Πορφύριος και ο γέροντας Παΐσιος είναι φανερό ότι θεωρούν την ασθένεια «τύχη» στη δική τους ζωή και γενικότερα των ανθρώπων. Αν αναλύσουμε τη συγκεκριμένη άποψη επιφανειακά, θα μπορούσαμε να πούμε ότι αυτή η άποψη ταιριάζει σε αλλόφρονες ανθρώπους, που επιθυμούν να μην είναι υγιείς και να υποφέρουν ή δε συμπονοούν τους συνανθρώπους τους. Όταν εξετάσουμε, όμως, σε βάθος τη συγκεκριμένη άποψη αντιλαμβανόμαστε ότι η προσέγγιση αυτή δεν έχει καμία σχέση με την κοσμική σκέψη. Οι γέροντες προσεγγίζουν την ανθρώπινη ύπαρξη αυτή καθ' αυτή, ως εικόνα του Θεού, ως Ναό του Αγίου Πνεύματος. Επομένως, ενδιαφέρονται ειλικρινώς για τους συνανθρώπους τους, για τη σωτηρία τους και όχι για την προσωρινή και επίγεια ίαση του σώματός τους.

Οι απόψεις τους διαποτίζονται από την έμφαση που δίνουν στη σύνδεση ψυχικής και σωματικής υγείας. Όταν υποφέρει η ψυχή από τα πάθη που την βασανίζουν, αρρωσταίνει και το σώμα, λειτουργούν δηλαδή ως συγκοινωνούντα δοχεία. Η άποψή τους αυτή, άλλωστε, δε διαφέρει από εκείνη των σύγχρονων παθολόγων, οι οποίοι όταν για παράδειγμα χορηγούν στους ασθενείς αντιβιώσεις, τους συνιστούν να μην είναι στρεσαρισμένοι, διότι θα αποδυναμωθεί η επίδραση του φαρμάκου. Ο στόχος τους, όμως, είναι διαφορετικός. Ο γιατρός επιθυμεί την πρόσκαιρη ίαση του ανθρώπου, ενώ ο γέροντας αγωνιά για τη σωτηρία της ψυχής του συνανθρώπου του.

Επιπλέον, τα φάρμακα δεν είναι πανάκεια, σύμφωνα με τους γέροντες. Θεραπεύουν προσωρινά τα συμπτώματα και τους πόνους, αλλά δε λύνουν το πρόβλημα στη ρίζα του. Θα λέγαμε, λοιπόν, ότι μία φαρμακευτική αγωγή καλύπτει την ασθένεια, ενώ δεν την ενδιαφέρει η αιτία της. Όλη η ουσία της προσέγγισης των γερόντων συνοψίζεται στην προτροπή του γέροντα Πορφύριου: «Να

παρακαλάτε να γίνω καλός, όχι να γίνω καλά», που αποδεικνύει το μεγαλείο της πνευματικότητάς τους.

Ο άνθρωπος, ο γιατρός, ο φαρμακοποιός είναι δημιουργήματα του Θεού. Επομένως, τη δύναμή τους την πνευματική ή τη σωματική την αντλούν από την πηγή της ζωής, το Θεό. Αν απομακρυνθούν από τη πηγή της ζωής, τότε το αποτέλεσμά τους θα περιοριστεί σε μια πρόσκαιρη ανακούφιση, σε μια επιφανειακή προσέγγιση του προβλήματος, το οποίο είναι πολύ βαθύτερο στην πραγματικότητα. Κι αυτό δεν είναι άλλο από την πνευματική του κατάσταση. Η ταπείνωση και η «συντριβή» του εγωκεντρισμού είναι τα «φάρμακα» για τους γέροντες, τα οποία θεραπεύουν την ψυχή και κατ' επέκταση το σώμα τους, όταν θα βρεθούν δηλαδή στην παραδείσια κατάσταση.

Οι γέροντες δε φοβούνται την ιατρική ούτε τη φαρμακευτική επιστήμη ούτε ότι με τις θεραπείες που θα προσφέρουν θα οδηγήσουν τους ανθρώπους στην απομάκρυνση από το Θεό. Αντιθέτως, τιμούν τις επιστήμες και αναγνωρίζουν την καλύτερη ποιότητα ζωής που μπορούν να προσφέρουν στους ανθρώπους. Αυτό που φοβούνται είναι το «ξεκούρδισμα» -όπως έλεγε χαρακτηριστικά ο γέροντας Πορφύριος- των ανθρώπων και ο αποπροσανατολισμός τους. Η φροντίδα του σώματος δεν είναι αρνητική αυτή καθ' αυτή. Η αποκλειστική, όμως, φροντίδα του σώματος σε σημείο εμμονής απομακρύνει τον άνθρωπο από την ουσιαστική ουσία της ζωής, από την πραγματική αιτία της ύπαρξής του που είναι η πνευματική του ανύψωση και η κατά Χριστόν ζωή.

Γιατί, άλλωστε, συμβαίνουν «θαύματα» που ούτε οι ίδιοι οι γιατροί είναι σε θέση να τα εξηγήσουν; Πότε συμβαίνει αυτό; Συμβαίνει, όταν ο άνθρωπος λειτουργήσει, όπως ακριβώς περιγράφουν οι γέροντες, δηλαδή ταπεινωθεί και αφεθεί απολύτως και με εμπιστοσύνη στα χέρια του Θεού. Όταν προσευχηθεί να γίνει μία προσωρινή άρση της ελευθέρας βούλησής του και επιτρέψει με την καρδιά του ορθάνοιχτη να εισέλθει ο Θεός στη ζωή του. Οι γέροντες γνώριζαν ότι ο άνθρωπος εγωισμός είναι ο μεγαλύτερος εχθρός του ίδιου του ανθρώπου. Γι' αυτό κι όταν αρρώσταιναν αντιδρούσαν με τόσο φυσικό τρόπο και ευχαριστούσαν το Θεό. Η πνευματική τους ζωή είχε φθάσει σε τόσο ασύλληπτο επίπεδο που προτιμούσαν να νοσοούν, για να μη χάσουν τον εαυτό τους και την πραγματική ζωή, αυτή που τους επιφύλασσαν μετά το θάνατο.

Η ασθένεια είναι κοινώς αποδεκτό ότι δεν είναι μια ευχάριστη φάση της ζωής. Ο άνθρωπος υποφέρει, πονά και νιώθει αδύναμος. Οι γέροντες με τη σοφία του

πνεύματός τους και την καθαρότητα της ψυχής τους είχαν αυτό το μοναδικό τρόπο να μετασχηματίζουν κάθε τι αρνητικό σε θετικό και να αναγάγουν την ανθρώπινη ύπαρξη στο βάθος που της αξίζει. Γι' αυτό, άλλωστε, έδιναν ιδιαίτερο βάρος και στη διατήρηση της ψυχικής υγείας, αλλά και στη φροντίδα του σώματος, πάντοτε με γνώμονα ότι είναι δημιουργήματα της πηγής της ζωής, του Θεού.

Οι γέροντες είχαν πραγματική και ουσιαστική αγάπη για τον άνθρωπο, γιατί τον έβλεπαν ως εικόνα του Θεού. Όταν, λοιπόν, έπρεπε να συμβουλευθούν έναν άνθρωπο που υπέφερε, πονούσε και βασανιζόταν από την αρρώστιά του, το κυριότερο μέλημά τους ήταν να τους απομακρύνουν από την ψυχή τους το φόβο του επίγειου θανάτου. Πρώτη και κύρια επιθυμία τους ήταν να συμβάλλουν, έστω και στο ελάχιστο, στην σωτηρία των ψυχών τους και όχι να τους καθηλώσουν και να τους ενισχύσουν τις επίγειες και προσωρινές φοβίες τους, όπως εκείνη της ασθένειας.

Δε θα μπορούσαμε να παραλείψουμε το ιαματικό χάρισμα των γερόντων. Οι περισσότεροι από αυτούς άνθρωποι αμόρφωτοι ήταν ικανοί να εξηγούν με το δικό τους απλοϊκό τρόπο σοβαρά ιατρικά θέματα, να διαγνώσουν προβλήματα υγείας και να θεραπεύσουν. Κι αυτό γιατί ήταν ψυχή και σώμα δοσμένοι και αφημένοι στα χέρια του Θεού. Η απόλυτη εμπιστοσύνη και το ψυχικό τους δόσιμο ήταν εκείνο που τους έδινε τη δύναμη της θεραπείας. Η ταπεινή και η ασκητική τους ζωή, ως άλλοι μαθητές του Χριστού, προικίζονταν με το ιαματικό χάρισμα.

Ανακεφαλαιώνοντας, λοιπόν, είναι φανερό ότι οι γέροντες δεν έχουν σκοπό να δημιουργήσουν υποκατάστατα. Στόχος τους δεν είναι να συγκρίνουν την Ιερά Εξομολόγηση και την καταπολέμηση των παθών με την ψυχοθεραπευτική μέθοδο ή με τη φαρμακευτική αγωγή. Αντιθέτως, αποδίδουν τα του Καίσαρος τω Καίσαρι και τα του Θεού τω Θεώ. Οι γέροντες αγωνιούν για την αναμόρφωση της θείας εικόνας του ανθρώπου και την αναστύλωση της ανθρώπινης αξιοπρέπειας. Τονίζουν ότι ο θεός δέχεται το σώμα του ανθρώπου ως ψυχοσωματική ολότητα και όχι ως μέρη και κομμάτια.

Οι άγιοι γέροντες, που εξετάστηκαν στην εργασία μας, αποτελούν πρότυπα τελειώσεως εν Χριστώ. Συγκεκριμένα, ο Γέροντας Παΐσιος είχε το χάρισμα του παραβολικού λόγου με το οποίο καθοδηγούσε το λαό του Θεού με πρωτόγνωρη δύναμη παρακλήσεως και ο Γέροντας Πορφύριος διακρινόταν για τη Χάρη της πνευματικής αισθήσεως, αφού καθιστούσε τους πιστούς εν σιωπή σε επικοινωνία

με το Χριστό.¹²⁷ Όλες οι παραπάνω απόψεις αν εξεταστούν σε βάθος θα μπορέσει ο καθένας να αντλήσει πολύτιμες συμβουλές για τη διατήρηση της σωματικής και ψυχικής υγείας και ταυτόχρονα να ζει μια ζωή εν Χριστώ.

¹²⁷ Πρβλ. ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ Μοναχού Διονυσίου, *Θεός Λόγος και ανθρώπινος λόγος, Οι ενέργειες της ψυχής στην πατερική ανθρωπολογία*, Ιερά Μονή Αγίου Διονυσίου, Άγιον Όρος- 1998, σσ. 490-491.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- ΑΓΑΠΙΟΥ Μοναχού, *Η θείκη φλόγα που άναψε στην καρδιά μου, ο Γέρων Πορφύριος*, Εκδόσεις Ιερού Γυναικείου Ησυχαστηρίου η Μεταμόρφωσης του Σωτήρος, Αθήναι- 1999.
- ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ Μοναχή, *Ο Όσιος Γέρων Πορφύριος, Η αγαπώσα καρδιά*, Εκδόσεις Εφαιμιάς, Ιεράς Γυναικείας Κοινοβιακής Μονής Οσίου Εφραίμ του Σύρου, Κονταριώτισσα Αικατερίνης.
- Πρωτοπρ. Αδαμάντιος ΑΥΓΟΥΣΤΙΔΗΣ, *Ψυχιατρική και Πνευματική ζωή*.
- Γερόντισσα ΓΑΒΡΙΗΛΙΑ 2.10.1897-28.3.1992, *Η ασκητική της αγάπης. Γαβριηλίας μοναχής*, Σειρά Τάλαντο, Αθήνα-1998.
- Κωνσταντίνου ΓΙΑΝΝΙΤΣΙΩΤΗ, *Κοντά στο Γέροντα Πορφύριο (ένα πνευματικοπαίδι του θυμάται)*, Εκδόσεις Ιερού Γυναικείου Ησυχαστηρίου η Μεταμόρφωσης του Σωτήρος, Αθήναι- Φεβρουάριος 1995.
- ΘΕΟΔΩΡΟΠΟΥΛΟΣ Επιφάνιος Αρχιμανδρίτης, *Υποθήκες Ζωής- Από τη ζωή και τη διδασκαλία του Πατρός ΕΠΙΦΑΝΙΟΥ Ι. Θεοδωρόπουλου*, Ιερόν Ησυχαστήριον Κεχαριτωμένης Θεοτόκου, Αθήνα- 1991.
- Γέροντος ΙΩΣΗΦ, *Έκφρασις μοναχικής εμπειρίας*, Έκδοσις Ιεράς Μονής Ιλοθέου, Άγιον Όρος- 1992.
- Γεωργίου Σ. ΚΡΟΥΣΤΑΛΑΚΗ, *Ο Γέρων Πορφύριος, Πνευματικός Πατέρας και Παιδαγωγός*, Στ' Έκδοση «Ιχνηλασία», Αθήναι 2002.
- Νικολάου Ευθ. ΜΗΤΣΟΠΟΥΛΟΥ, *Θέματα ορθόδοξου δογματικής θεολογίας (Πανεπιστημιακά παραδόσεις Δογματικής)*, Αθήναι- 2001.
- Γέροντος ΠΑΪΣΙΟΥ Αγιορείτου, *Επιστολές*, Έκδοση Ι. Ησυχαστηρίου «Ευαγγ. Ιωάννης ο θεολόγος», Σουρωτή Θεσσαλονίκης-1994.
- Γέροντος ΠΑΪΣΙΟΥ Αγιορείτου, *Με πόνο και αγάπη για τον σύγχρονο άνθρωπο*, Ιερόν Ησυχαστήριον «Ευαγγελιστής Ιωάννης ο Θεολόγος», Σουρωτή Θεσσαλονίκης- 1999.
- Ν. ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ, *Εξελικτική Ψυχολογία, Η ψυχική ζωή από τη σύλληψη ως την ενηλικίωση, Προγεννητική περίοδος, Βρεφική Ηλικία*, Τόμος 1, Αθήνα.
- Γέροντος ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ Ιερομόναχου, *Ανθολόγιο Συμβούλων*, Εκδόσεις η Μεταμόρφωση του Σωτήρος, Μήλεσι Αττικής- Δεκέμβριος 2002.
- Γέροντος ΠΟΡΦΥΡΙΟΥ Καυσοκαλυβίτου, *Βίος και Λόγοι*, Εκδόσεις Ιερά Μονή Χρυσοπηγής, Χανιά –2003.

- Αλεξάνδρου Μ. ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ, *Στιγμιότυπα και Περιπλανήσεις σε δρόμους Ποιμαντικής Διακονίας*, Εκδόσεις Λύχνος, Αθήνα.
- Αλεξάνδρου Μ. ΣΤΑΥΡΟΠΟΥΛΟΥ, *Συμβουλευτική Ποιμαντική και Εξομολογητική (Διδακτικές σημειώσεις)*, Αθήνα 2001.
- Robert S. Feldman, Επιστημονική επιμέλεια Ηλίας Γ. Μπεζεβέγκης, *Εξελικτική Ψυχολογία, Δια Βίου Ανάπτυξη*, Εκδόσεις Gutenberg, Αθήνα 2011.
- Ιερομόναχου ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ Αγιορείτου, *Ο Γέρων Παΐσιος*, Έκδοση Ιερού Γυναικείου Ησυχαστηρίου «Παναγία, η Φοβερά Προστασία», Τόμος 1, Άγιον Όρος- 1994.
- Ιερομόναχου ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ Αγιορείτου, *Σκεύος Εκλογής (Γέρων Παΐσιος 1924-1994)*, Τόμος β', Άγιον Όρος-1996.
- ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ Μοναχού Διονυσάτου, *Θεός Λόγος και ανθρώπινος λόγος- Οι ενέργειες της ψυχής στην πατερική ανθρωπολογία*, Ιερά Μονή Αγίου Διονυσίου, Άγιον Όρος 1998.

Διαδικτυακοί ιστότοποι:

www.vatopaidi.wordpress.com
www.oparadeisos.wordpress.com
www.zoiforos.gr

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος	σ. 2
Εισαγωγή	σ. 3-4
<i>Γέροντας Πορφύριος:</i> Σύντομο βιογραφικό σημείωμα	σ. 5-6
Απόψεις του Γέροντα Πορφύριου για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου	σ. 6-20
<i>Γέροντας Παΐσιος:</i> Σύντομο βιογραφικό σημείωμα	σ. 21-22
Απόψεις του Γέροντα Παΐσιου για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου	σ. 22- 31
<i>Γερόντισσα Γαβριηλία:</i> Σύντομο βιογραφικό σημείωμα	σ. 32- 33
Απόψεις της Γερόντισσας Γαβριηλίας για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου	σ. 33- 35
<i>Γέροντας Επιφάνιος Ι. Θεοδωρόπουλος:</i> Σύντομο βιογραφικό σημείωμα	σ. 36- 37
Απόψεις του Γέροντα Επιφάνιου για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου	σ. 37- 41
<i>Γέροντας Ιωσήφ:</i> Σύντομο βιογραφικό σημείωμα	σ. 42- 43
Απόψεις του Γέροντα Ιωσήφ για την ψυχική και σωματική υγεία του ανθρώπου	σ. 43- 45
Συμπεράσματα	σ. 46- 51
Βιβλιογραφία	σ. 52- 53
Περιεχόμενα	σ. 54