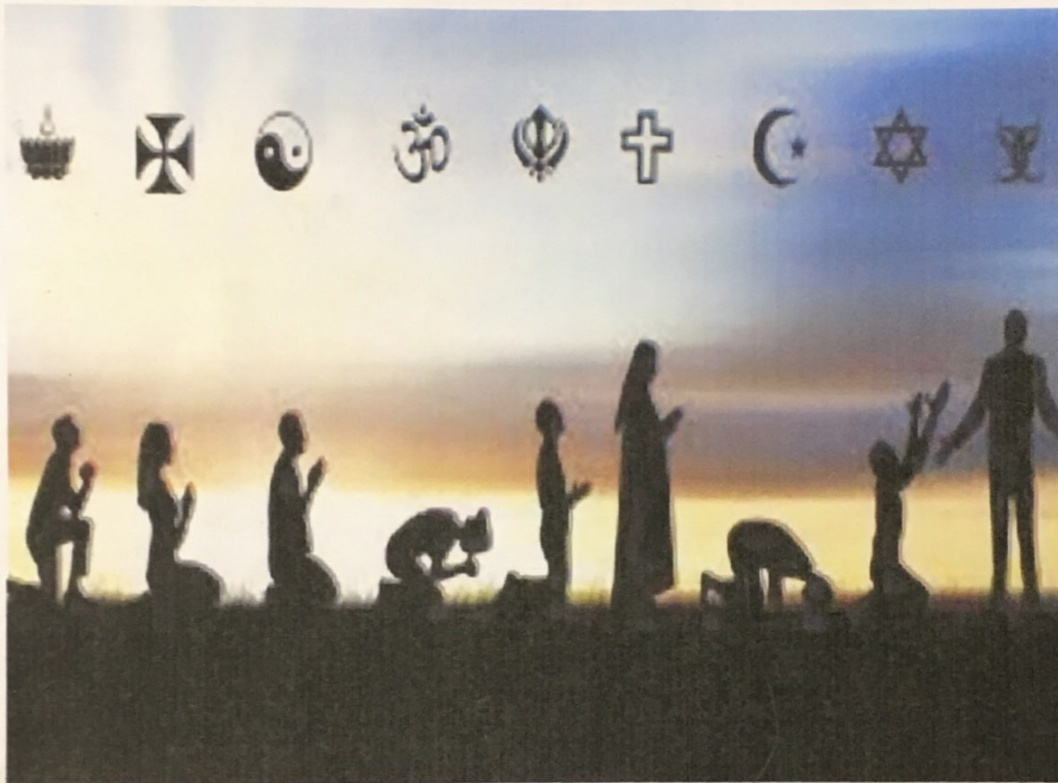


Η Θρησκεία σ' αχV

Jw'n has!!!





## **Η θρησκεία ενισχύει την αυτοεκτίμηση**

Πολλές θρησκευτικές παραδόσεις ισχυρίζονται ότι ο Θεός είναι συμβολικά ένας καλός γονιός, ο οποίος μας αγαπάει και μας εκτιμά, ανεξάρτητα από το τι κάνουμε. Αυτό δημιουργεί στον άνθρωπο μια ανθεκτική αίσθηση αυτοπεποίθησης. Η αυτοεκτίμηση που αντλεί ο άνθρωπος μέσα από την θρησκεία δεν κλονίζεται τόσο εύκολα, συγκριτικά με άλλες πηγές -π.χ. επιτυχία, δημοτικότητα.

## **Η θρησκεία ξεπερνά την μοναξιά**

Παρά το γεγονός ότι αφορά κυρίως μια προσωπική σχέση μεταξύ του ανθρώπου και του Θεού, η θρησκεία μπορεί να δημιουργήσει τις συνθήκες που ευνοούν την κοινωνική δραστηριότητα.

## **Η θρησκεία παρέχει προστασία από υπαρξιακές απειλές**

Σύμφωνα με μελέτες, η θρησκεία προσφέρει αισθήματα υπερβατικότητας, ενώ παράλληλα εξαλείφει τις υπαρξιακές ανησυχίες.

## **Η θρησκεία είναι πηγή αισιοδοξίας και ελπίδας**

Πλήθος από έρευνες έχουν δείξει ότι η θετική στάση ζωής είναι ωφέλιμη για την υγεία μας -π.χ. οι αισιόδοξοι άνθρωποι έχουν μεγαλύτερα ποσοστά ανάκαμψης από κάποια ασθένεια.

## **Ο ρόλος της θρησκείας ως μηχανισμού αντιμετώπισης**

Στις δύσκολες στιγμές, όπου επικρατεί το άγχος και η αγωνία, συχνά ο άνθρωπος στρέφεται στην προσευχή και στη θρησκεία. Σε τέτοιες συνθήκες, η θρησκεία μπορεί να διαδραματίσει έναν επικοινωνιακό ρόλο στη σύνθετη διαδικασία, με την οποία οι άνθρωποι προσπαθούν να κατανοήσουν και να αντιμετωπίσουν ένα πρόβλημα, διότι λειτουργεί ως ένας υγιής, προσαρμοστικός τρόπος αντιμετώπισης, που προάγει την ευημερία.

Τα μοντέλα συμπεριφοράς και αντιμετώπισης προβλημάτων που εμπεριέχονται στα ιερά κείμενα μπορούν να εμπνεύσουν τον άνθρωπο και να του προσφέρουν το αίσθημα της ανακούφισης και της παρηγοριάς.



## **Η θρησκευτική αφοσίωση δρα προστατευτικά για τον άνθρωπο**

Η ισορροπημένη ζωή και ο αυτοέλεγχος γίνονται ασπίδα ενάντια στις καταχρήσεις, όπως το αλκοόλ, ο τζόγος, η βουλιμία κτλ.

### **Η θρησκεία οδηγεί σε ήπιες αντιδράσεις**

Σύμφωνα με τον νευρολόγο Newberg, ο οποίος βασίστηκε σε νευροαπεικονιστικές μελέτες, η προσευχή εμπεριέχει την ενσυνειδητότητα και προσοχή, ενδυναμώνοντας συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου (τον προμετωπιαίο λοβό, που συσχετίζεται με τη συναισθηματική οργάνωση), ενώ παράλληλα μειώνει τις έντονες αντιδράσεις σε στρεσογόνα ερεθίσματα.

**«Οι άνθρωποι μπορεί να καυγαδίσουν για τη θρησκεία τους, να γράψουν ή να πολεμήσουν γι' αυτήν. Μπορεί να κάνουν τα πάντα, εκτός από το να ζήσουν σύμφωνα με αυτήν».**

### **Η θρησκεία διδάσκει την συγχώρεση**

Εκτεταμένες μελέτες για τη συγχώρεση έδειξαν ότι οι άνθρωποι που εγκλωβίζονται σε αρνητικά συναισθήματα, όπως η απογοήτευση και ο θυμός, επειδή δεν θέλουν να συγχωρέσουν, βιώνουν αυξημένα επίπεδα άγχους, με μακροχρόνιες συνέπειες στην υγεία. Σε αντίθεση, οι άνθρωποι που συγχωρούν είναι πιο ευτυχισμένοι και ζουν περισσότερο.

Υπάρχουν άνθρωποι που βρίσκουν θαλπωρή στη θρησκευτική πίστη, όπου αντλούν γαλήνη και ηρεμία. Υπάρχουν και άλλοι, ωστόσο, που αντλούν άγχος, καθώς είναι δέσμιοι προκαταλήψεων -συνεπώς, η ερμηνεία που δίνει ο καθένας επηρεάζει το κατά πόσο θα ωφεληθεί.



Ο χριστιανός, για παράδειγμα, που κάνει καλές πράξεις μόνο και μόνο για να εξασφαλίσει τη σωτηρία του στην ουσία δεν πράττει το καλό (εφόσον λειτουργεί με εγωιστικό τρόπο) κι έτσι δεν λυτρώνεται. Αν δώσετε ένα ευρώ σ' έναν άστεγο με τη λογική ότι έτσι θα γλιτώσετε το καθαρτήριο, η πράξη σας είναι και πάλι εγωιστική· σίγουρα δεν είναι εκείνη η πράξη που θα γλιτώσει όσους πιστεύουν απ' την κατάβαση στο καθαρτήριο...

Αποτέλεσμα: ο μόνος τρόπος για να θεωρηθεί κάποιος ενάρετος είναι να κάνει καλές πράξεις χωρίς να ελπίζει σε αντάλλαγμα. Από τη σκοπιά αυτή, η ηθική απαλλάσσεται από την ελπίδα. Αν κάνετε μια «καλή πράξη» ελπίζοντας σε οφέλη, η πράξη σας δεν είναι ηθικά καλή αλλά ιδιοτελής, άρα εγωιστική. Ηθική πράξη σημαίνει ότι κάνεις το καθήκον σου «χωρίς να ελπίζεις σε κάτι», όπως λέει ο **Καντ**. Η ηθική κατ' αρχήν δεν χρειάζεται την ελπίδα. Κι αυτό της επιτρέπει (διαφορετικά θα υπήρχε κύκλος) να τη δικαιολογεί. **Η ελπίδα για ευτυχία δεν είναι εκείνη που καθορίζει την ηθική** αλλά η ηθική είναι αυτή που δικαιολογεί την ελπίδα.

### **Μια ευτυχία για τους κακούς:**

**Δεν θα έπρεπε μολαταύτα να ελπίζω ότι υπάρχει Θεός που θα με ανταμείψει επειδή έκανα το καθήκον μου;**

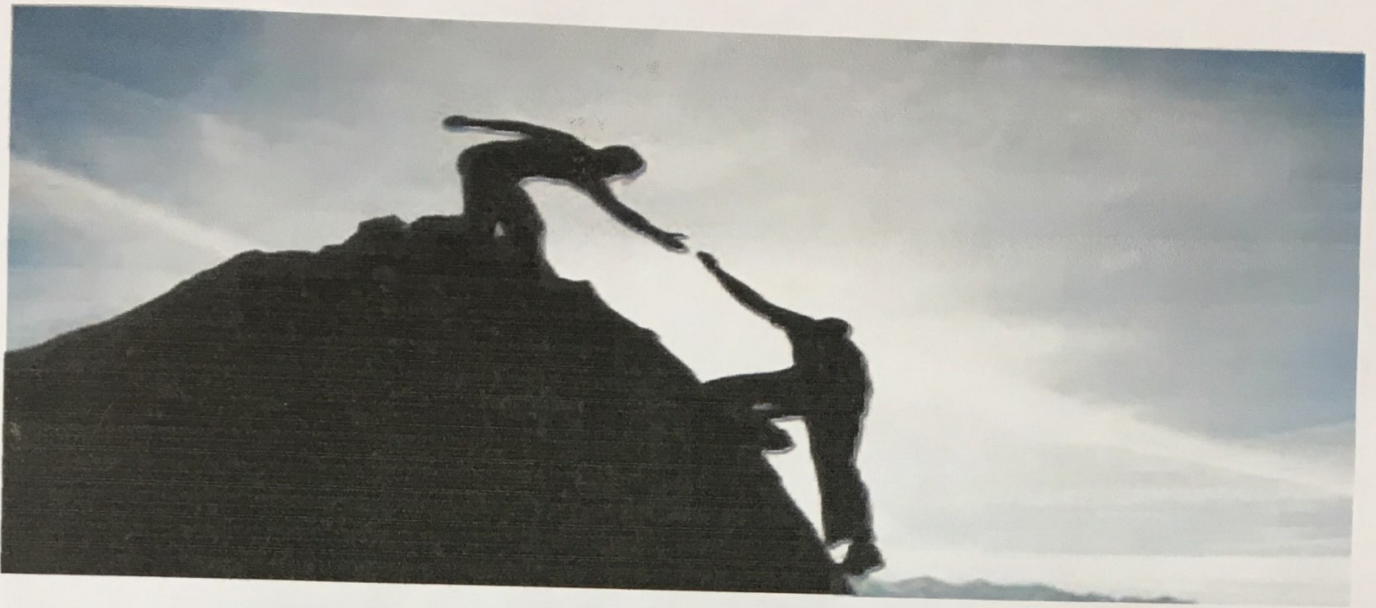
Και φυσικά να το ελπίζεις! Αλλά με την προϋπόθεση ότι δεν ενεργείς μ' αυτόν το σκοπό! Η ηθική έχει ως αρχή την ανιδιοτέλεια: πρέπει να κάνουμε το καθήκον μας επειδή είναι καθήκον μας, χωρίς κάποιον άλλο στόχο πέρα από το ίδιο το καθήκον. Απ' την άλλη, η θρησκεία μας αφήνει να ελπίζουμε ότι θα ανταμειφθούμε...

Ένας άντρας μια μέρα περπατούσε σε μια έρημη ακρογιαλιά του Μεξικού την ώρα του ηλιοβασιλέματος. Καθώς προχωρούσε, διέκρινε ένα άτομο από μακριά που έσκυβε συνεχώς, έπαιρνε κάτι από την παραλία και το έριχνε στο νερό. Όταν έφτασε κοντά του διαπίστωσε ότι έπαιρνε αστερίες που τους είχε βγάλει έξω το νερό και έναν-έναν τους ξαναπέταγε στη θάλασσα. Τον πλησίασε και του είπε «Καλησπέρα φίλε μου. Σε είδα από μακριά και αναρωτιέμαι τι κάνεις.»

«Ρίχνω αυτούς τους αστερίες στη θάλασσα. Είναι η ώρα της άμπωτης και όλοι αυτοί έχουν ξεμείνει στην ακτή. Αν δεν τους ξαναρίξω μέσα θα πεθάνουν.»  
«Κατάλαβα. Αλλά υπάρχουν χιλιάδες αστερίες στην ακτή. Δεν είναι δυνατό να τους ρίξεις όλους στο νερό. Και σκέψου πόσες παραλίες υπάρχουν. Δεν έχει σημασία αυτό που κάνεις.»  
Ο άντρας χαμογέλασε, έσκυψε και πήρε έναν ακόμα αστερία και καθώς τον έριχνε στο νερό είπε: «Έχει σημασία για αυτόν εδώ.»



Ο ένας πρέπει να βοηθάει τον άλλον ανεξάρτητα από το χρώμα, την εθνικότητα τα πιστεύω και τη θρησκεία στην οποία μπορεί να πιστεύει.



Ορθόδοξοι ονομάζονται οι απόστολοι του Χριστού οι οποίοι οφείλουν να διαδώσουν τον χριστιανισμό σε όλο τον κόσμο όχι και ομότητες και βιαιότητες αλλά με την επικράτηση της λογικής, καθώς σύμφωνα με αυτή εύκολα μπορούμε να κατανοήσουμε πως δεν μπορούνε όλοι οι άνθρωποι να πιστεύουν στην ίδια θρησκεία. Πρέπει λοιπόν να ενεργούμε με ελευθερία, αγάπη και σεβασμό στην πολιτιστική ταυτότητα του κάθε ανθρώπου.



## Τι σημαίνει καλός χριστιανός

Η αντίληψη πολλών ανθρώπων για το ποιος είναι ο «καλός χριστιανός», αντιτίθεται με την άποψη του Ευαγγελίου και των Αγίων Πατέρων και Μητέρων, δηλαδή της Εκκλησίας. Αν «ο καλός χριστιανός» είναι αυτός που εφαρμόζει τις Δέκα Εντολές ή, έστω, ένα ηθικό κατάλογο του τι πρέπει ν' αποφεύγει και τι να πράττει, είναι ξεκάθαρο ότι η Εκκλησία έχει άλλη αντίληψη.

Ο χριστιανός είναι στον κόσμο όχι για τον εαυτό του αλλά για τους άλλους. Με την όλη ζωή του καλείται να «γνωρίζει τον Χριστό στον κόσμο και να φέρνει τον κόσμο στο Χριστό»[1]. Ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος αναλύοντας το θέμα αυτό λέει πως «ουδέν ψυχρότερον χριστιανού, ετέρους μη σώζοντος»[2], δηλαδή δεν υπάρχει πιο ψυχρό πράγμα από το χριστιανό που δεν ενδιαφέρεται για τους άλλους. Και το ενδιαφέρον συνίσταται στο να δώσουμε στον πλησίον αυτά που χρειάζεται κι όχι αυτά που εμείς νομίζουμε ότι θα τον ωφελήσουν.

Λέει χαρακτηριστικά: «Δύναται έκαστος τον πλησίον ωφελείν, εάν θέλη τα παρ' αυτού πληρούν»[3]. Καταλήγει στο να επισημάνει ότι οι μωρές παρθένες (κατά την παραβολή του Ευαγγελίου) ήταν κόσμιες, αγνές και με σωφροσύνη, αλλά δεν ήταν χρήσιμες σε κανένα.

Όπως και άλλος που δεν επόρνευσε ούτε καταπάτησε τους όρκους του ούτε έκανε καμιά άλλη αμαρτία, αλλά καταδικάστηκε και απορρίφθηκε από το Χριστό γιατί «ετέρω μη γέγονε χρήσιμος»[4], επειδή δεν φάνηκε χρήσιμος στον άλλο, δεν συμπαραστάθηκε στο διπλανό του.

Εάν η πρώτη και μεγάλη εντολή της αγάπης προς το Θεό και, κατ' επέκταση, στον πλησίον είναι η βάση όλων των άλλων εντολών του Χριστού, κατανοούμε γιατί χωρίς αυτήν χριστιανός δεν υπάρχει. Βέβαια, η ουσία βρίσκεται στο να βαδίζουμε την Οδό του Κυρίου, να ξέρουμε το λόγο ύπαρξής μας κι όχι στο τέρμα. Δεν είναι, δηλαδή, η αγάπη ως «καύσις καρδίας υπέρ πάσαν τηνκτίσιν» (Αγ. Ισαάκ ο Σύρος) μια πράξη που θα μπορούμε να πούμε την κάναμε ή όχι. Είναι όμως απαραίτητο να αντιληφθούμε ότι ο «καλός χριστιανός» δεν είναι ο ηθικός, ο πιστός τηρητής του «Νόμου του Θεού», ο θρησκευόμενος, αλλά αυτός που θέλει και το παλεύει να γίνει όπως ο Χριστός, χρήσιμος στους ανθρώπους.

Ας μην εκληφθεί ότι παραθεωρείται η δυναμική της άσκησης, της νηστείας, της εγκράτειας. Όπως και αυτή των Μυστηρίων, της προσευχής, της μελέτης. Γιατί χωρίς αυτά μπορεί μεν να αγαπήσει ο καθένας κατά τη δύναμή του, όχι όμως όπως ο Χριστός. Ο Χριστός, με τη Χάρη του Αγίου Πνεύματος, κάνει το χριστιανό ν' αγκαλιάζει τον κάθε άνθρωπο, ό,τι και να είναι, όπως και να ζει, χωρίς διακρίσεις. Μπορεί να του δώσει την ευρυχωρία της καρδιάς που κάνει τον άλλο να τη νιώθει κοντά του και να μπορεί να ζει.

Τελικά, αν οι γύρω μας δεν αισθάνονται με τη δική μας παρουσία, τα δικά μας έργα και λόγια, όπως και τη σιωπή μας ακόμη, την παρουσία του ζώντος Θεού, πώς μπορούμε να ονομαζόμαστε «καλοί χριστιανοί»; Κι αν δεν είμαστε όπως μας θέλει ο Χριστός και η Εκκλησία Του, είναι παράξενο αν δεν έχουμε χαρά και πληρότητα, αν βιώνουμε τη θλίψη και τον πόνο, τη μιζέρια και την απογοήτευση;



Πολλές φορές ακούμε ανθρώπους να λένε: «Εγώ είμαι καλός άνθρωπος. Τι κι αν δεν εκκλησιάζομαι; Πιστεύω με τον δικό μου τρόπο. Κάνω καλά έργα, αγαπάω όλο τον κόσμο, ανθρώπου κακό δε θέλω. Μακάρι να ήταν όλοι σαν εμένα». Αυτοεπαινούνται δηλαδή και αυτο-δικαιώνονται. Αν πιστεύουν και στη μετά Θάνατο ζωή, τότε έχουν και την εντύπωση πως ο Παράδεισος τους περιμένει ορθάνοιχτος.

Άλλοι πάλι επαινούνται από τους ανθρώπους και προβάλλονται ως υπέροχα παραδείγματα με τα εξής περίπου λόγια: «Αυτός μάλιστα! Είναι σωστός άνθρωπος. Αυτός είναι ο Χριστιανός που κάνει ένα σωρό καλά χωρίς να πηγαίνει στην Εκκλησία και να έχει σχέση με παπάδες». Άλλοι πάλι νομίζουν τους εαυτούς τους καλούς χριστιανούς με το να πάνε σε δύο ή τρεις μεγάλες γιορτές στην Εκκλησία και να ανάψουν ένα κεράκι κι άλλοι με το να πάνε σε κανένα ξωκλήσι και να προσευχηθούν μόνοι τους, γιατί «ντρέπονται» να τους βλέπουν στην Εκκλησία.



Η αλήθεια όμως είναι διαφορετική κι ας αποφεύγουν όλοι αυτοί να την αντι-κρύσουν. Καλός άνθρωπος μπορεί εύκολα να ονομαστεί εκείνος που κάνει μερικά πράγματα που αρέσουν στην κοινωνία κι ας μην αρέσουν στο Θεό. Καλός άνθρωπος μπορεί εύκολα να ονομασθεί αυτός που καλλιεργεί τον καθωσπρεπισμό, που δίνει μεγάλη σημασία στους κανόνες καλής

συμπεριφοράς, που έχει δημιουργήσει μια οικογένεια η οποία δεν έχει «ακουστεί» σε τίποτα.

Καλός χριστιανός όμως δεν μπορεί να ονομάζεται ο όποιος - όποιος. Διότι τα χριστιανικά κριτήρια δεν είναι ανθρώπινα, αλλά Θεία. Είναι ο νόμος του Θεού, η Αγία Γραφή δηλαδή και η Αγία Παράδοση της Ορθοδόξου Εκκλησίας. Αυτά ζυγίζουν τη χριστιανική μας αξία. Ο καλός χριστιανός δεν πιστεύει ποτέ πως είναι καλός, γι' αυτό και δεν επαινεί ποτέ τον εαυτό του. Καλλιεργεί σε βάθος την ταπεινοφροσύνη που είναι η ασφάλεια όλων των αρετών, ελπίζει μόνο στο έλεος του Θεού και ό,τι- κάνει το κάνει για τη δόξα Του.

Ο καλός χριστιανός εκκλησιάζεται ανελλιπώς, αισθάνεται ότι είναι ζωντανό μέλος του Σώματος του Χριστού, εξομολογείται τακτικά και με συντριβή τα αμαρτήματά του, κοινωνεί επίσης τακτικά των Αχράντων Μυστηρίων και



μελετά το λόγο του Θεού, για να γνωρίζει το Άγιο Θέλημά Του. Ο καλός χριστιανός τέλος, έχει διακριτικό και απλανή Πνευματικό Πατέρα στον οποίο κάνει υπακοή. Ας φροντίσουμε, να γίνουμε όχι «καλοί άνθρωποι», αλλά καλοί χριστιανοί, γιατί είναι αλήθεια πως η κόλαση έχει πολλούς «καλούς ανθρώπους», αλλά κανένα καλό χριστιανό.







Τζαφερα  
Εσαγγελια  
Γ5'

Εφημεριδα