

Σε ποιους Αγίους να αποταθώ όταν με πιέζει το άγχος;

/ [Πνευματικά Αποσπάσματα](#)



Το [άγχος](#) προέρχεται από το αρχαίο ελληνικό ρήμα ἄγχω που σημαίνει σφίγγω, πνίγω. Είναι μια δυσάρεστη συναισθηματική κατάσταση που περιλαμβάνει αισθήματα φόβου και τρόμου για κίνδυνο του οποίου η πηγή είναι άγνωστη σε μεγάλο βαθμό ή μη αναγνωρίσιμη. Γενικά η πλήρη παράδοση στο θέλημα του Θεού μειώνει και εξαλείφει το άγχος.

Όμως χρειάζεται πολλή δουλειά, [προσευχή](#), υποταγή και υπομονή. Φυσικά η επίκληση του Ιησού Χριστού και της Παναγίας υπεραρκούν για να νιώσει ο Χριστιανός ότι φεύγει το άγχος. Υπάρχουν όμως και Άγιοι που ασχολήθηκαν ειδικά με το άγχος και μπορούν να ακούν πολύ καθαρά τις φωνές των ανθρώπων που υποφέρουν.

Ο μεγαλομάρτυρας [Άγιος Χαράλαμπος](#) (10 Φεβρουαρίου) ιερέας στη Μαγνησία της Μικράς Ασίας έζησε διδάσκοντας το λόγο του Χριστού και εστίασε πολύ το κήρυγμά του στην αντιμετώπιση του άγχους των κοσμικών ανθρώπων. Στα βαθιά

του γεράματα, το 198 ο αυτοκράτορας Σέβηρος εξαπέλυσε διωγμό κατά των Χριστιανών και ο έπαρχος της Μαγνησίας Λουκιανός συνέλαβε τον Άγιο και τον υπέβαλε σε φρικτά βασανιστήρια για να αρνηθεί την πίστη του. Τμήμα της κάρας του φυλάσσεται στην ιερά μονή Αγίου Στεφάνου Μετεώρων και στον ομώνυμο ναό στις Θεσπιές της Βοιωτίας.

Πιο σύγχρονοι, οι Άγιοι Παΐσιος και Πορφύριος ο Καυσοκαλυβίτης, έσκυψαν πάνω από τα προβλήματα των μονίμως αγχωμένων και αγχωτικών ανθρώπων.

Πίστευαν ότι για να θεραπευθούν τα διάφορα ψυχικά-ψυχολογικά νοσήματα, θα πρέπει να απομακρυνθούν τα πνευματικά τους αίτια, που είναι τα πάθη (με κυρίαρχο τον εγωισμό) καθώς και οι δαίμονες με τις ενέργειές τους.

Η μη υποταγή στον Χριστό με αγάπη αφήνει τον Διάβολο να προκαλέσει άγχος

«Τι θα πει άγχος, νεύρα, ψυχασθένειες;» ερωτούσε ο π. Πορφύριος. Και απαντούσε: «Εγώ πιστεύω ότι υπάρχει διάβολος σ' όλα αυτά. Δεν υποτασσόμεθα στον Χριστό με αγάπη. Μπαίνει ο διάβολος και μας ανακατεύει».

Αυτά βέβαια (τα πάθη και οι δαίμονες) δεν απομακρύνονται με χάπια ούτε με ηλεκτροσόκ, αλλά με το μυστήριο της Γενικής Εξομολόγησης. Ο Άνθρωπος θα πρέπει να εξομολογηθεί με ειλικρίνεια τα αμαρτήματα όλης του της ζωής, τα κύρια γεγονότα που την σημάδεψαν, καθώς και το πως εκείνος τα αντιμετώπισε, όπως δίδασκε ο θεοφώτιστος Γέροντας Πορφύριος.

Εξομολόγηση Vs Ψυχανάλυση

Ο [Γέροντας Παΐσιος](#) επίσης «ενώ συνιστούσε στους ασθενείς να συμβουλευούνται χριστιανούς ιατρούς –**«διότι τους φωτίζει ο Θεός»** κατά το λόγιό του– είχε εκφράσει επανειλημμένως την απαρέσκειά του προς τα «ψυχολογικά» βιβλία, αλλά και προς αυτήν την ίδια την «ψυχολογία» και την **«ψυχιατρική»**, η οποία ασκείται από επιστήμονες και ιατρούς, οι οποίοι δεν πιστεύουν στην ύπαρξη της ανθρώπινης ψυχής, όπως την δέχεται η θεολογία της Ορθόδοξης Ανατολικής Εκκλησίας.

Όντας ο ίδιος βαθύς γνώστης, με τη Χάρη του Θεού, του μυστηρίου της ενοικούσης στον άνθρωπο λογικής και νοεράς ψυχής, των φυσιολογικών αλλά και των παθολογικών εκδηλώσεών της, στενοχωριόταν και υπέφερε πολύ, όταν έβλεπε τις βαριές αστοχίες και τα λάθη στην αντιμετώπιση των ασθενών αυτών, τα οποία είχαν σοβαρότατες συνέπειες για τον ασθενή και το περιβάλλον του.

Δεδομένου δε ότι οι πλείστοι ακαδημαϊκοί δάσκαλοι της ψυχιατρικής θεωρούν ότι τα «ψυχικά φαινόμενα» έχουν μόνον βιολογικό υπόβαθρο –θεώρηση, η οποία συνιστά άρνηση της ύπαρξης άυλης, νοεράς και λογικής ψυχής στον άνθρωπο– ήταν πολύ επιφυλακτικός ή αρνητικός για πολλές «θεραπείες» που εφάρμοζαν οι προαναφερθέντες ψυχίατροι.

Ο Γέροντας Παΐσιος, συμφωνώντας με τον Γέροντα Πορφύριο θεωρούσε ότι τα αίτια των περισσοτέρων ψυχικών ασθενειών είναι πνευματικά και ότι τα «ψυχοφάρμακα» δεν θεραπεύουν, αλλά έχουν μόνον κατασταλτικό χαρακτήρα, και ότι είναι δυνατόν να χρησιμοποιούνται με φειδώ σε περιπτώσεις πασχόντων «**ψυχασθενών**», έως ότου καταστεί εφικτή η επικοινωνία με αυτούς».

Κατόπιν η συμβολή του μυστηρίου της Γενικής Εξομολόγησης είναι καθοριστική για την οριστική και ολοκληρωτική ψυχική-πνευματική θεραπεία με την Θεία Χάρη.

«Πάνε να ηρεμήσουν οι άνθρωποι» παρατηρεί ο Γέρον Παΐσιος «είτε με ηρεμιστικά είτε με θεωρίες γιόγκα, και την πραγματική ηρεμία, που έρχεται, όταν ταπεινωθεί ο άνθρωπος, δεν την επιδιώκουν, για να έρθει η θεία παρηγοριά μέσα τους».

Η αληθινή ηρεμία έρχεται με την Θεία Χάρη, η οποία προσλαμβάνεται από τους **ταπεινούς**. «**Η εξωτερική μόρφωση με το άγχος**», επισημαίνει πάλι ο σοφός Γέροντας, «οδηγεί καθημερινώς εκατοντάδες ανθρώπων (ακόμη και μικρά παιδιά με άγχος!) στις ψυχαναλύσεις και στους ψυχιάτρους και κτίζει συνεχώς Ψυχιατρεία και μετεκπαιδεύει ψυχιάτρους, ενώ πολλοί ψυχίατροι ούτε Θεό πιστεύουν ούτε ψυχή παραδέχονται.

Επομένως, πως είναι δυνατόν αυτοί οι άνθρωποι να βοηθήσουν ψυχές, αφού και οι ίδιοι είναι γεμάτοι από άγχος; Πως είναι δυνατόν ο άνθρωπος να παρηγορηθεί αληθινά, αν δεν πιστέψει στον Θεό και στην αληθινή ζωή, την μετά θάνατον, την αιώνια;

Η **θεραπεία** υπάρχει μόνο στο αληθινό Ψυχιατρείο, την **Ορθόδοξη Εκκλησία**, και παρέχεται δωρεάν από τον Ιατρό των ψυχών και των σωμάτων μας, τον Κύριο Ημών Ιησού Χριστό.

Πηγή: christianityart.gr