

ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ Η ΣΚΕΨΗ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ; Thought and health

Ron Ballard

Μεταφράστηκε από το περιοδικό *Christian Science Journal*, Τόμος 127, Αριθμός τεύχους 01

Ο συγγραφέας ερευνά τον τρόπο, που η σκέψη μας επηρεάζει την καλή κατάσταση της υγείας μας.

Τι αποτελεί την υγεία ή την πληρότητα; Τι τις εκθέτει σε κίνδυνο; Σε αυτές τις ερωτήσεις έχει επικεντρωθεί το ιατρικό ενδιαφέρον, από τα πολύ παλιά χρόνια. Και σήμερα, βλέπουμε μια αύξηση του ενδιαφέροντος σχετικά με τις νοερές επιδράσεις επί της υγείας. Για παράδειγμα, ένα ενδιαφέρον βιβλίο που εκδόθηκε πρόσφατα, με τον τίτλο «Γιατί οι άνθρωποι αρρωσταίνουν: Εξερευνώντας τη σχέση Νου-Σώματος.» (γραμμένο από τους Darian Leader and David Corfield), ερευνά αυτό το θέμα, που έχει απασχολήσει επί μακρόν τον ιατρικό χώρο, ερευνώντας τους πνευματικούς παράγοντες, που επηρεάζουν την υγεία του ανθρώπου. Επίσης, σχετικά με το εν λόγω θέμα, θυμάμαι ότι κάπου διάβασα ότι, όταν ο Λουί Παστέρ, που θεωρείται ο πατέρας της σύγχρονης ιατρικής, ρωτήθηκε γιατί η ίδια φαρμακευτική αγωγή επιδρά διαφορετικά στον κάθε ασθενή, παρατήρησε ότι αυτό έχει να κάνει με την «ιδιοσυγκρασία» του ασθενή, εννοώντας τον τρόπο που σκέπτεται. Η Mary Baker Eddy, που ανακάλυψε την Χριστιανική Επιστήμη, ήταν σύγχρονη του Παστέρ και εφαρμόζοντας την πνευματική θεραπευτική, ερεύνησε εξονυχιστικά τις νοερές επιδράσεις που καλυτερεύουν ή χειροτερεύουν την υγεία. Τελικά έμαθε ότι η πνευματική συνείδηση ή η επίγνωση του Θεού και της τέλει καλής φύσης του, εδραιώνει την υγεία, ενώ κάποιοι παράγοντες που επηρεάζουν την ανθρώπινη σκέψη, όπως ο φόβος ή η ιδιοτέλεια, θέτουν σε κίνδυνο την πνευματική αίσθηση και κατά συνέπεια την υγεία. Η ανακάλυψή της, η Χριστιανική Επιστήμη, αποδεικνύει ότι η υγεία πάντοτε εξαρτάτο από την δική μας, *συνεχώς αυξανόμενη*, κατανόηση της θείας καλής φύσης και τη δέσμευσή μας να ζούμε, με συνέπεια, σύμφωνα με τις ιδιότητες, που φυσιολογικά αντανακλούμε από αυτόν τον καλό και γεμάτο αγάπη Θεό. Κατανοώντας την πνευματική μας ταυτότητα, ως την έκφραση της ύπαρξης του Θεού, μπορεί να φέρει μια απίστευτη μεταμόρφωση. Και αυτή η μεταμόρφωση δεν επηρεάζει μόνον τον εαυτό μας, αλλά και εκείνους που περιλαμβάνουμε στην σκέψη μας, όπως ανακάλυψε η γιαγιά μου αρκετά χρόνια πριν.

Μια νέα άποψη

Στα τέλη του 20ου αιώνα, η γιαγιά μου, που επιθυμούσε πάρα πολύ να είναι όσο το δυνατόν πιο χρήσιμη για τους άλλους, άρχισε να μελετά ένα νέο βιβλίο, που βρήκε να διαφημίζεται σε ένα μαγαζί, κοντά όπου έκανε τα ψώνια της. Έχοντας περιορισμένα οικονομικά, δεν μπορούσε να αγοράσει το βιβλίο, αλλά κάνοντας τον καθημερινό της γύρο για να ψωνίσει, έμπαινε στο συγκεκριμένο μαγαζί και διάβαζε μερικές σελίδες. Το βιβλίο ενίσχυσε τις ελπίδες και τις επιθυμίες της για μια πιο ολοκληρωμένη ζωή και εξηγόσε πολλές από τις ερωτήσεις, που της είχαν δημιουργηθεί μελέτωντας με θερμή την Αγία Γραφή.

Επέστρεψε στο σπίτι κάθε μέρα γεμάτη προθυμία και ενθουσιασμό για να μοιραστεί ό,τι είχε μάθει. Κανείς στο σπίτι της, όμως, δεν ενδιαφερόταν ιδιαίτερα. Κάθε απόγευμα, έβγαινε έξω στον κήπο της, για να απλώσει τα ρούχα που έπλενε για τρίτους, για να συμπληρώνει το εισόδημα της οικογένειάς της. Στο διπλανό σπίτι ζούσε ένα νεαρό αγόρι, που συνήθως καθόταν στην αυλή του σπιτιού του, για να αναπνεύσει καθαρό αέρα. Η εμφάνισή του και η αδυναμία του να επικοινωνήσει όπως τα άλλα παιδιά της ηλικίας του, τράβηξαν την προσοχή της γιαγιάς μου. (Αργότερα έμαθε ότι το αγόρι είχε γεννηθεί με το συγκεκριμένο πρόβλημα). Επειδή δεν μπορούσε να βρει πρόθυμο ακροατήριο στο σπίτι της για να μοιραστεί όσα είχε μάθει από το *Επιστήμη και Υγεία*, η γιαγιά μου μίλαγε να μιλάει στο μικρό αγόρι. Του εξηγούσε αυτό που μάθαινε για τη φύση του Θεού και ότι, αυτό το μικρό παιδί, επειδή ήταν η τέλεια εικόνα και ομοίωση του Θεού, εξέφραζε όλη αυτή την καλή φύση, ως θείο δικαίωμα.

Πέρασαν οι ημέρες, και αργά ένα απόγευμα, λίγο αφότου η γιαγιά μου είχε διαβάσει σχεδόν όλο το *Επιστήμη και Υγεία*, η μητέρα του αγοριού χτύπησε την πόρτα της. Ρώτησε τη γιαγιά μου για ποιο πράγμα μιλούσε στο

Για Για άλλες μεταφράσεις στα Ελληνικά, μπορείτε να συνδεθείτε με την ηλεκτρ/διεύθ. <http://www.spirituality.com/cskirkas>

παιδί της. Η γιαγιά μου της είπε ότι είχε ανακαλύψει ένα θαυμάσιο βιβλίο με τον τίτλο *Επιστήμη και Υγεία με Κλειδί των Γραφών* γραμμένο από μια γυναίκα ονόματι Mary Baker Eddy, που ανακάλυψε την Χριστιανική Επιστήμη. Η γιαγιά μου είπε στη μητέρα του αγοριού ότι δεν γνώριζε πολλά για την Χριστιανική Επιστήμη, αλλά γνώριζε ότι η Mary Baker Eddy ήταν μια επιτυχημένη θεραπεύτρια και ότι είχε γράψει ένα βιβλίο βασισμένο στην Αγία Γραφή, εξηγώντας τον τρόπο που κάποιος μπορεί να θεραπευτεί. Σύμφωνα με ότι μας διηγήθηκε η γιαγιά μου, η μητέρα του αγοριού έμεινε σιωπηλή και μετά είπε πως, ο,τιδήποτε κι αν είναι αυτό που είχε μάθει από το βιβλίο, απέδωσε, γιατί η κατάσταση του παιδιού της καλυτέρευε. Και όπως μας αφηγήθηκε η γιαγιά μου, μέσα σε τρεις περίπου μήνες το αγόρι δεν είχε πλέον κανένα σύμπτωμα της παλαιάς κατάστασής του.

Τι είναι αυτό που βοήθησε την γιαγιά μου να θεραπεύσει το νεαρό παιδί; Θα έλεγα ότι βίωσε μία επαναστατική αλλαγή '«ιδιοσυγκρασίας» -- δηλαδή του τρόπου που σκεφτόταν. Διαβάζοντας το *Επιστήμη και Υγεία*, απέκτησε μια πιο ευρεία άποψη για το Θεό, που της έδωσε τη δύναμη να διακρίνει το γεγονός ότι αυτή, όπως και το αγόρι, μπόρεσαν να βιώσουν κάτι καλύτερο από αυτό που ζούσαν μέχρι εκείνη τη στιγμή. Μέχρι ενός σημείου, αισθάνθηκε να απελευθερώνεται από τις περιορισμένες θεωρίες και δοξασίες, σχετικά με τις σωματικές αισθήσεις και είδε τις απεριόριστες δυνατότητες, που υπήρχαν γι' αυτό το παιδί. Ότι μπορούσε να θεραπευθεί. Η γιαγιά μου πρέπει να είδε καθαρά ότι η ταυτότητα του αγοριού ήταν εντελώς πνευματική, καθορισμένη και σχηματισμένη από τη θεία Αγάπη και, γι' αυτό τον λόγο, ανέγγιχτη από ασθένεια. Το αγόρι δεν ήταν δυνατόν να είναι θύμα της ανθρώπινης γενετικής. Η πνευματική της άποψη και η νέα αντίληψη για την ταυτότητα του κάθε ανθρώπου, καθώς και η επίπτωση αυτής της αυξανόμενης κατανόησης στη ζωή μας, είχε ευεργετικά αποτελέσματα όχι μόνον σε εκείνη αλλά και στο αγόρι.

Εμπόδια στην υγεία

Αλλά εκτός εάν, αντίθετα με τον τρόπο που σκέφθηκε η γιαγιά μου, θέλουμε να υποστηρίξουμε μια λανθασμένη έννοια, του εγώ ή της ταυτότητάς μας, τότε, μπορεί να αντιμετωπίσουμε εμπόδια στη θεραπεία. Μελετήστε αυτό το απόσπασμα από το *Επιστήμη και Υγεία*: «Η φιλαυτία είναι περισσότερο αδιαφανής από ένα στερεό σώμα. Με υπομονετική υπακοή σ' έναν υπομονετικό Θεό, ας αγωνιστούμε να διαλύσουμε με το παγκόσμιο διαλυτικό της Αγάπης τη σκληρότητα της πλάνης -- την ισχυρογνωμοσύνη, τη δικαίωση του εαυτού μας και τη φιλαυτία -- που αντιστρατεύεται προς την πνευματικότητα και είναι ο νόμος της αμαρτίας και του θανάτου» (σελ. 242). Ο αδάμας (από την ελληνική λέξη αδάμας: διαμάντι) είναι ένα ορυκτό, το οποίο θεωρείται εξαιρετικά σκληρό. Η ιδιότητα αυτή χρησιμοποιείται από την συγγραφέα για να τονίσει τη σκληρότητα της πλάνης και μας λέει ότι, αν σκεφθούμε πιο βαθιά, η εγωκεντρική σκέψη ή η επίμονη αγάπη του εαυτού μας, εμποδίζει το θεραπευτικό μήνυμα του Χριστού.

Σημειώστε ακόμη, ότι η συγγραφέας δεν αποδίδει τέτοιες σκέψεις στους ανθρώπους. Μάλλον φαίνεται να μας λέει ότι η ισχυρογνωμοσύνη, η δικαίωση του εαυτού μας και η αγάπη του εαυτού μας είναι το ίδιο μιας σκέψης που είναι λανθασμένη από μόνη της. Είναι η σκληρότητα της πλάνης. Θα μας βοηθούσε αν λάβουμε υπόψη ότι οι άνθρωποι είναι μάλλον θύματα, παρά δημιουργοί αυτών των εσφαλμένων τάσεων και οι αυθεντικοί θεραπευτές της Χριστιανικής Επιστήμης δεν τις συσχετίζουν με τα άτομα, όπως ακριβώς δεν αποδίδουν και την ασθένεια στους ανθρώπους. Αυτή η σκληρότητα της πλάνης, επομένως, ανήκει στη θνητή σκέψη (δηλαδή, στη σκέψη που έχει σαν βάση την ύλη). Παρ' όλα αυτά, αυτές οι τάσεις πρέπει να καταστρέφονται, όταν είναι ακόμη στην σκέψη, για να ελευθερωνόμαστε από τα βλαβερά τους αποτελέσματα. Ευτυχώς, έχουμε πολλά παραδείγματα ανθρώπων, που έχουν αποβάλλει τη σκληρότητα της ισχυρογνωμοσύνης, της δικαίωσης του εαυτού τους και της φιλαυτίας.

Ο Νεεμάν υπερνικά την ισχυρογνωμοσύνη

Ας πάρουμε από την Αγ. Γραφή την ιστορία του Νεεμάν, ενός γενναίου στρατιώτη και αξιωματικού του στρατού της Συρίας. Ήταν λεπρός (Βασιλέων Β' 5:1-14). Μετά από μια νικηφόρο εκστρατεία έφερε πίσω στη Συρία μια μικρή Εβραία υπηρέτρια, η οποία συμβούλεψε τη σύζυγό του, να επισκεφθεί ο Νεεμάν τον προφήτη Ελισσαιέ, ο οποίος μπορούσε να τον θεραπεύσει από τη λέπρα. Ο Νεεμάν ακολούθησε αυτή τη συμβουλή και ταξίδεψε στη Σαμάρεια για να βρει τον προφήτη. Όταν τον βρήκε, ο Ελισσαιέ έστειλε έναν υπηρέτη να πει στον Νεεμάν να λουσθεί στον Ιορδάνη ποταμό επτά φορές. Ο Νεεμάν, στην αρχή, αντέδρασε θυμωμένα σ' αυτή την εντολή, γιατί αισθάνθηκε προσβεβλημένος που ο Ελισσαιέ δεν απευθύνθηκε σ' αυτόν προσωπικά, σε ένα τόσο σπουδαίο άνδρα, και του ζήτησε να λουσθεί στα γεμάτα λάσπη νερά του Ιορδάνη αντί στα

καθαρά νερά των ποταμών της Δαμασκού. Έτσι, απέρριψε την εντολή του προφήτη. Όμως, οι υπηρέτες του, τον συμβούλευσαν να δαμάσει την ισχυρογνωμοσύνη του και να ακολουθήσει τις οδηγίες του Ελισσαίη. Τελικά ο Νεεμάν συμφώνησε, έκανε ό,τι του ζήτησε ο προφήτης και θεραπεύθηκε από τη λέπρα.

Πόσο συχνά η ισχυρογνωμοσύνη στέκεται εμπόδιο στη θεραπεία! Μπορεί να έχουμε μια τόσο σαφή αίσθηση, κάποια φορά, για το πως πρέπει να επιλύσουμε μια δύσκολη κατάσταση, ώστε να χάνουμε τις βασικές οδηγίες που οδηγούν στη θεραπεία. Από τι θεραπεύτηκε πραγματικά ο Νεεμάν -- από τη λέπρα, ή από το βαθύτερο θνητό πρόβλημα της ισχυρογνωμοσύνης; Ξεκάθαρα, ζητήθηκε από τον Νεεμάν να υπακούσει στην επιθυμία του Θεού, που σε αυτή την περίπτωση τον εκπροσωπούσε ο προφήτης. Ο Νεεμάν έπρεπε με την βούλησή του να αρνηθεί την αλαζονεία της δύναμης και της νοημοσύνης, της ανθρώπινης λογικής και ανάλυσης και να δεχθεί την απλότητα της θείας καθοδήγησης.

Η ερώτηση, που μας απασχολεί σήμερα είναι, τι θα μας θεραπεύει από τις διάφορες οικονομικές, σωματικές και κοινωνικές ασθένειές μας; Αντίθετα με το κοινό αίσθημα που ενθαρρύνει την άμεση ικανοποίηση με το μικρότερο δικό μας κόστος, η Αγ. Γραφή διδάσκει ότι η πνευματική θεραπεία απαιτεί πνευματική πρόοδο, αναμόρφωση του χαρακτήρα και την επιθυμία να συντονιστούμε με το θείο. Όπως η διήγηση στην ιστορία του Νεεμάν, μας θέτει το ερώτημα: Θέλουμε να λουσθούμε στον ποταμό της Βιβλικής έμπνευσης;

Ο φαρισαϊσμός, θεραπεύτηκε.

Αιώνες μετά, αφότου ο Νεεμάν λούσθηκε στον Ιορδάνη, ένας άλλος άνδρας καθόταν πλάι σε μια κολυμβήθρα, και μέρα με τη μέρα ήλπιζε να θεραπευθεί από παράλυση (κατά Ιωάν. 5:2-9). Αυτός ο άνθρωπος, του οποίου το όνομα δεν γνωρίζουμε, περίμενε την κίνηση των νερών στην κολυμβήθρα της Βηθεσδά γιατί, σύμφωνα με τον θρύλο, άγγελος τάραζε τα νερά και ο πρώτος που θα πηδούσε μέσα θα θεραπευόταν από όποια ασθένεια κι αν έπασχε. Όπως αναφέρει η ιστορία, επειδή αυτός ο άνθρωπος ήταν παράλυτος, έτσι, πάντοτε κάποιος άλλος έμπαινε πρώτος στο νερό. Προφανώς, είχε προσπαθήσει για πολύ καιρό να το επιτύχει. Όμως αυτός ο άνθρωπος δεν αντιμετώπιζε την πρόκληση, βασιζόμενος στην λογική. Όταν ο Ιησούς τον βρήκε, του έκανε την πιο ξεκάθαρη ερώτηση, «Θέλεις να γίνεις υγιής;» Τώρα, σε κάποιον που είναι παράλυτος ότι 38 χρόνια, αυτή η ερώτηση θα ακουγόταν περίεργα. Αλλά ο Ιησούς, ως φαίνεται, δεν τον ρωτούσε: «Θέλεις να θεραπευτείς από την παράλυσή σου;» αλλά μάλλον: «Είσαι έτοιμος να γίνεις καλά με όλη τη σημασία της λέξης;» Δηλαδή, όχι μόνον σωματικά, αλλά και ηθικά;

Αν ο Ιησούς έκανε σε μας την ίδια ερώτηση, πως θα απαντούσαμε; Προσέξτε. Είναι ευκολότερο να πούμε ότι θέλουμε να υπακούσουμε τις εντολές του Χριστού -- τα θεία μηνύματα από το Θεό προς τον καθέναν από μας -- παρά να τις βάλουμε σε πράξη. Ποιός από μας δεν έχει βρεθεί πολλές φορές σ' αυτή την θέση, ισχυριζόμενος αυτό που θα ήθελε να είναι και να κάνει το καλύτερο δυνατόν, αλλά τελικά, διαπιστώνει ότι είναι πολύ δύσκολο να το πετύχει.

Συνήθως, αυτό είναι το σημείο που υπεισέρχεται η δικαίωση του εαυτού μας. Υπάρχει πάντα ένας λόγος, που δεν μπορούμε να ακολουθήσουμε αυτές τις εντολές. Για τον άνθρωπο στην κολυμβήθρα της Βηθεσδά, που δεν είχε κανένα να τον βοηθήσει να μπει στο νερό -- δεν είχε ποτέ αρκετό χρόνο ή ευκαιρία για να το κατορθώσει. Αλλά ο Ιησούς αδιαφόρησε για την υλική δικαιολογία και είπε, «Εγέρθητι, σήκωσον τον κράββατόν σου και περιπάτει». Και ο άνθρωπος υπάκουσε.

Η φιλαυτία αποκαλύφθηκε

Ο Ιησούς είπε δύο παραβολές που τόνισαν τα εμπόδια, που δημιουργεί η φιλαυτία στην υγεία και την ευτυχία. Η πρώτη παραβολή αναφέρεται σε δύο άνδρες -- ένα Φαρισαίο και ένα τελώνη -- οι οποίοι πήγαν στο ναό να προσευχηθούν (κατά Λουκά 18:9-14). Ο τελώνης προσευχόταν ταπεινά. Ποιά ήταν η ανταμοιβή του; Ο Ιησούς είπε: αυτός θα «υψωθεί». Ενώ ο Φαρισαίος προσευχόταν κι έλεγε: «Ευχαριστώ σοι, Θεέ, ότι δεν είμαι καθώς οι λοιποί άνθρωποι, άρπαγες, άδικοι, μοιχοί, ή καθώς ούτος ο τελώνης». Αυτός ο άνθρωπος, είπε ο Ιησούς, θα «ταπεινωθεί». Πόσο εύκολο είναι να προσευχηθούμε σαν τον Φαρισαίο! Η δυσκολία με αυτό το είδος της φιλαυτίας, όταν κάποιος υπερηφανεύεται για το πόσο καλός είναι συγκρίνοντας τον εαυτό του με τους άλλους, είναι ότι αμέσως τίθεται το ερώτημα; «Η υπακοή και η καλή συμπεριφορά έχουν ωφελήσει, έχουν αποδώσει πραγματικά;» Και τότε προκύπτει ένα άλλο είδος σύγκρισης που κάνουμε: «Κοίτα αυτόν τον

άνθρωπο -- δεν είναι πολύ πνευματικός και κοίταξε την επιτυχία στη ζωή του -- (την ευμάρεια ή δημοτικότητα ή καλή υγεία!)» Μπορεί να μην συνειδητοποιούμε ότι αυτή είναι μια πονηρή και υποκριτική έκφραση φιλαυτίας, αλλά στην πραγματικότητα αυτό είναι.

Και θυμηθείτε την παραβολή του Ιησού για τον άσωτο γιό; Άρχιζε ως εξής: «Άνθρωπός τις είχε δύο υιούς» (κατά Λουκά 15 11-32). Συχνά, ξεχνάμε το μάθημα που μας δίνει η παραβολή σχετικά με το μεγαλύτερο γιό, που έμεινε και εργάστηκε με ευσυνειδησία κοντά στον πατέρα του, ενώ ο νεώτερος αδερφός έφυγε και σπατάλησε την περιουσία του. Αυτή παραβολή συχνά θεωρείται ότι, φαίνεται να κάνει σύγκριση ανάμεσα στους αμαρτωλούς (τον νεώτερο γιο) και τους Φαρισαίους -- ως συνήγοροι θρησκευτικού δόγματος (ο μεγαλύτερος γιος).

Η αφοσίωση του μεγαλύτερου γιού σύντομα μετατρέπεται σε ζήλεια εξαιτίας του εορτασμού της επιστροφής του νεώτερου γιου και ο μεγαλύτερος γιος γίνεται επικριτικός και αλαζών γιατί εκείνος παρέμεινε στο σπίτι ενώ ο πεισματάρης νεώτερος αδερφός κατασπατάλησε την περιουσία του. Ο πιστός αδερφός, στη συνέχεια εκφράζει την απογοήτευσή του γιατί ουδέποτε είχε γιορτάσει με τους φίλους του. Ο πατέρας σε αυτή την παραβολή προσπαθεί να του λυγίσει τον εγωισμό με την πιο στοργική υπενθύμιση: «Τέκνον, συ πάντοτε μετ' εμού είσαι και πάντα τα εμά σα είναι.» Και εμείς, επίσης, δεν πρέπει ποτέ να ξεχάσουμε αυτή την υπόσχεση.

Αυτή η υπόσχεση, μεταφορικά, είναι η υπόσχεση του Θεού προς όλους μας. Αποτυπώνει το γεγονός ότι ο Θεός είναι πάντοτε μαζί μας, μας υποστηρίζει και μας διατηρεί για πάντα. Είναι μια υπόσχεση ότι μπορούμε να απαλλαγούμε από κάθε εσφαλμένη θνητή αίσθηση, ότι είμαστε ευάλωτοι και να συνειδητοποιήσουμε ότι είμαστε -- και πάντα ήμασταν -- οι γιοί και οι κόρες του Θεού.

Ο Ron Ballard είναι πρακτίσιονερ και διδάσκαλος της Χριστιανικής Επιστήμης και κατοικεί στο Ashland, Oregon. Η.Π.Α. Ως μέλος του Συμβουλίου των Ομιλητών της Χριστιανικής Επιστήμης δίνει διαλέξεις σε όλες τις πολιτείες των Η. Π. Α.