

**Hierotheos Vlachos,
Mitropolit de Nafpaktos**

**PSIHOLOGIA
EXISTENȚIALISTĂ
ȘI
PSIHOTERAPIA ORTODOXĂ**

Traducere din limba greacă, introducere și note
de Nicușor Deciu

Carte tipărită cu binecuvântarea
Înaltpreasfințitului TEOFAN
Mitropolitul Moldovei și Bucovinei

DOXOLOGIA
Iași, 2011

Cuprins

| | |
|--|------------|
| Nevoia universală de terapie și răspunsul Bisericii | 7 |
| Prolog | 17 |
| I. Logoterapia lui Victor Frankl | 19 |
| 1. <i>Prezentarea generală a logoterapiei</i> | 22 |
| 2. <i>Ce este logoterapia</i> | 26 |
| 3. <i>Diferența dintre logoterapie și psihanaliză</i> ... | 32 |
| 4. <i>Principiile de bază ale logoterapiei</i> | 46 |
| 5. <i>Diferite puncte importante</i> | 87 |
| II. Psihoterapia ortodoxă | 95 |
| 1. <i>Observații generale</i> | 98 |
| 2. <i>Înrudirea dintre logoterapie și teologia neptică</i> | 113 |
| 3. <i>Principiile de bază ale teologiei neptice</i> | 118 |
| 4. <i>Isihasmul ortodox</i> | 126 |
| 5. <i>Comunitatea ecclesială</i> | 142 |
| Epilog | 147 |

Prolog

În multe din textele pe care le-am publicat în trecut, precum și în altele rămase încă netipărite, încerc să prezint actualitatea Tradiției ortodoxe. Aceasta se poate observa în multe domenii și manifestări ale vieții contemporane. Astăzi, Tradiția ortodoxă este căutată de mulți oameni însetați de adevăr, oameni care-și doresc rezolvarea problemelor lor existențiale. Acesta este un lucru care se poate observa în toate epocile. Atunci când cineva citește textele patristice observă că Sfinții Părinți nu au făcut filosofie, nu au fost filosofi teoretici și gânditori, ci se îndeletniceau cu problemele pastorale ale epocii lor. Au fost în principal păstori și dascăli ai Bisericii. Astfel, ei au fost preocupați de problemele oamenilor pe care-i păstoreau și au încercat să le rezolve aceste probleme în cadrul teologiei Bisericii, a Cuvântului revelat. Din această pricină Sfinții Părinți sunt contemporani.

În paginile următoare, voi încerca să observ școala psihologică contemporană, numită *logoterapie*, actualitatea ei, și în anumite puncte, asemănarea ei cu Tradiția ortodoxă. Desigur, psihoterapia ortodoxă este

teantropocentrică*, în timp ce logoterapia, după cum va fi în continuare prezentată, este antropocentrică. Ele au însă unele puncte comune, pentru că logoterapia se diferențiază de alte școli psihologice și se apropie mai mult de Tradiția Ortodoxă, din perspectiva metodologiei și a concepțiilor.

După prezentarea punctelor centrale ale logoterapiei, voi expune și principalele poziții ale psihoterapiei ortodoxe. Nu voi urmări să fac multe comparații între cele două, ci în cadrul tezelor centrale, atât ale logoterapiei, cât și cele ale psihoterapiei ortodoxe, se vor trage unele concluzii între care și aceea că Tradiția ortodoxă merge mai departe chiar decât logoterapia.

Scrisă la Atena în 29 iulie 1995
în cinstea sfinților martiri Calinic și Teodot.

† Hierotheos,
Mitropolit de Nafpaktos

* Noțiunea teologică *teantropocentrică* exprimă faptul că tot fundamentul psihoterapiei ortodoxe se află în întruparea Logosului Celui veșnic, a doua Persoană a Sfintei Treimi, în Iisus Hristos, Care este Dumnezeu și Om în același timp.

I



**LOGOTERAPIA
LUI VICTOR FRANKL**

Însemnare:

Operele lui Victor Frankl, pe care le-am avut în vedere la scrierea acestei cărți, sunt în principal:

1. *Căutând sensul vieții și al morții într-un lagăr de concentrare*, traducere greacă, Editura Tamasos, Atena, 1979.

2. *Psihoterapia și existențialismul (logoterapia în practică)*, traducere greacă, Editura Tamasos, Atena, 1987.

3. *Dumnezeul inconștientului*, traducere greacă, Editura Tamasos, Atena, 1987.

Logoterapia lui Victor Frankl

Este cunoscut faptul că în spațiul occidental al ultimilor ani au fost create diferite școli psihologice, pentru a studia problemele care privesc lumea interioară a omului. S-a vorbit foarte mult despre psihanaliză și psihoterapie. Aceasta este urmarea dominației raționalismului și a intelectualismului de după Renaștere și Iluminism. S-a făcut însă corecta observație că omul nu se poate reduce la rațiune, care de altfel nici nu constituie centrul existenței, ci dincolo de aceasta se află și așa-zisul subconștient, precum și alte forțe și energii care determină comportamentul omului. În interiorul acestei perspective asupra omului s-a dezvoltat psihologia și diferitele școli psihologice din Occident.

Între aceste școli cultivate în ultimii ani este cuprinsă și *logoterapia*. Atunci când vorbim despre logoterapie, nu trebuie să se înțeleagă dislexie, adică terapia diferitelor anomalii care apar în formularea și uzul cuvântului, ci altceva mult mai profund.

În analizele următoare, vom studia în mod succint expresia de bază a acestei metode psihoterapeutice, precum și ce anume

este logoterapia, care este diferența dintre logoterapie și psihanaliză și mișcarea ei retrospectivă, care sunt principiile fundamentale ale logoterapiei și alte câteva din punctele ei de interes.

1. Prezentarea generală a logoterapiei

Creatorul și exponentul logoterapiei este Victor Frankl, care s-a născut în 1905, a studiat medicina și filosofia la Universitatea din Viena, unde a obținut și diploma de doctorat. În continuare, devine „profesor de Neurologie și Psihologie al Școlii de medicină a Universității din Viena, președintele Societății Medicale Austriece de Psihoterapie și directorul secției de Neurologie a Spitalului Policlinic din Viena, precum și profesor inspector pentru perioada de vară, al Universității din Harvard și al Southern Methodist University”. Victor Frankl și-a publicat primele studii în revista care a fost editată de Freud, însă foarte repede a devenit independent de acesta, predând propriile lui teorii despre psihoterapie. Cărțile lui au fost traduse în multe limbi, el însuși a făcut turnee în multe țări, predându-și teoriile despre logoterapie ca adevărata psihoterapie.

Victor Frankl nu este un savant teoretic, ce și-a elaborat părerile despre logoterapie

în interiorul biroului, ci a avut rarul și tragicul privilegiu de a dezvolta și aplica punctele centrale ale teoriei sale în lagărul de concentrare de la Auschwitz și de la Dachau, unde a fost deținut trei ani încheiați. A fost unul dintre puținii care au scăpat de la moarte, și într-una din cărțile lui importante, cu titlul *Căutând sensul vieții și al libertății* și cu subtitlul *De la lagărul morții la existențialism*, care formase titlul de bază când a fost tipărită pentru prima dată, descrie atât tragismul vieții acelor lagăre, cât și modul în care ar putea cineva să depășească acest tragism. Această lucrare, considerată în America cea mai bună carte a anului 1961-1962, a cunoscut tipăririi repetate cu un număr de două milioane și jumătate de exemplare.

Victor Frankl, care a trăit în lagărele de concentrare și a putut el însuși să se folosească, dar și să-i ajute pe alții, poate fi îndreptățit în concepțiile sale, pe care le-a cultivat și le-a probat acolo, însă mai târziu el și-a dezvoltat studiile sale în mod științific, în publicațiile ulterioare. De altfel, el însuși a primit lovituri dure în cadrul familiei sale, deoarece tatăl, mama, fratele și soția lui au dispărut în lagărele de concentrare sau au murit în camerele de gazare. Doar sora lui a fost salvată din această tragedie familială.

Tocmai din acest motiv, Gordon Allport, profesor de Psihologie la Universitatea din Harvard, care este unul din cei mai distinși scriitori în acest domeniu și a contribuit foarte mult ca teoria lui Frankl să ajungă în America, a consemnat în mod caracteristic, prefațând cartea lui Frankl: „Un psihiatru care a venit în contact personal cu asemenea situații extreme, un asemenea psihiatru, merită atenția de a fi ascultat de cineva. El, mai bine decât oricare altul, este apt să expună puncte de vedere despre lucrurile omenești cu înțelepciune și înțelegere”.

Faptul că aceste opinii necesită atenție, nu se datorează unor rațiuni sentimentale, ci în principal științifice și obiective. Opiniile sale, așa cum sunt exprimate și formulate în operele proprii, sunt probate științific și constituie puncte de vedere ale științei psihoterapeutice din Occident și datorită faptului că a fost închis și chinuit personal în lagărele de concentrare.

Asupra acestei teme Gordon Allport va scrie în mod simptomatic: „Părerile lui Victor Frankl găsesc un mare și legitim ecou, pentru că se sprijină pe experiențe atât de profunde, care nu pot induce în eroare. Ele capătă încă un mai mare prestigiu, pentru că Victor Frankl ocupă acum catedra de

II



**PSIHOTERAPIA
ORTODOXĂ**

Psihoterapia ortodoxă

Când anterior am încercat să prezentăm tezele fundamentale ale logoterapiei lui Victor Frankl, nu am avut deloc intenția de a face o critică a tezelor lui pe baza Tradiției ortodoxe, nici de a o compara cu alte școli psihanalitice, dezvoltate în spațiul occidental. Ceea ce am încercat să facem este aceea de a prezenta tezele fundamentale ale logoterapiei. Prin urmare, nu a fost o expunere comparativă a acestor teze, ci prezentarea ideilor de bază ale lui Victor Frankl.

În continuare vom vedea tezele fundamentale ale Tradiției ortodoxe neptice, pe care am putea-o numi psihoterapia ortodoxă, pentru ca tema prezentată aici să poată fi întregită în măsura posibilului. Trebuie subliniat faptul că și la acest punct nu vom face comparație între logoterapia lui Frankl și psihoterapia ortodoxă, așa cum au dezvoltat-o pe aceasta Părinții Bisericii, deoarece nu trebuie să se producă vreo confuzie. Pur și simplu, după prezentarea opiniilor lui Frankl, cititorul trebuie să vină în contact și cu învățătura neptică a Sfinților Părinți pentru a vedea actualitatea învățăturii ortodoxe.

1. *Observații generale*

Înainte de a vedea principiile de bază ale psihoterapiei ortodoxe, trebuie să subliniem trei observații importante, care ne vor ajuta să evaluăm atât psihologia, așa cum a fost dezvoltată în Occident, cât și tradiția neptică ortodoxă, așa cum au trăit-o și au exprimat-o Sfinții Părinți.

Există însă și un alt parametru foarte interesant. Dacă descoperirile psihologice sunt considerate ca o căutare ortodoxă în atmosfera eretică a Occidentului, cu toate acestea, acceptarea acestor teorii de ortodocși, când în același timp este ignorată și desconsiderată propria tradiție ortodoxă neptică, este o mentalitate eretică. Aceasta se probează prin faptul că cei care au transferat în spațiul ortodox concluziile și descoperirile psihologiei din afara Bisericii (θύδαθεν), au ignorat cu desăvârșire învățătura Părinților neptici ai Bisericii, învățatură care se referă și la acest spațiu interior, ce se numește subconștient. Cu toții suntem martorii faptului că educația creștină, care a existat în urmă cu câțiva ani în spațiul nostru, s-a raportat și a avut legătură cu psihologiile de tip occidental, pentru că desigur, responsabili educației cunoșteau aceste idei, în timp ce ignorau cu desăvârșire, ba chiar mai mult, îi calomniau pe Părinții neptici ai Bisericii. **Prima** observație este aceea că

psihologia contemporană este produsul Occidentului și rezultatul stărilor care a predominat în spațiul occidental. S-ar putea spune, așa cum de altfel s-a observat și de către alți exegeți ai fenomenului, că descoperirile psihologice au fost în fapt o căutare creștin-ortodoxă, care s-a remarcat în Occidentul eretic. Cu aceasta vrem să susținem opinia că tradiția occidentală, așa cum a fost cultivată de franci și de teologia scolastică, și așa cum a fost ea exprimată în mărturisirile creștine ale Occidentului, l-a limitat pe om la rațiune, la simțurile exterioare și la manifestările morale. Datorită faptului că occidentalii au respins tradiția neptică și isihasmul ortodox, au lăsat fără răspuns multe întrebări existențiale ale omului. Când viața creștină se reduce la logică, considerată centrul existenței umane, sau atunci când se vorbește de o renaștere, care nu are legătură cu mișcarea dinamică și cu adâncul interior al omului, atunci se creează diferite probleme tragice. Oamenii au sesizat că dincolo de lucrarea rațiunii, de etica exterioară și de stările simțuale, există și un alt spațiu care trebuie abordat. Tocmai acest gol al antropologiei creștinismului occidental au încercat să-l completeze descoperirile psihologice. Din acest motiv afirmăm că dezvoltarea psihologiei este o căutare ortodoxă în spațiul eretic al Occidentului.

Desigur, nu trebuie să negăm câteva din concluziile psihologiei contemporane. De altfel, până acum am văzut cât de apropiată de tradiția neptică și de teologia ortodoxă este logoterapia lui Victor Frankl. Dar la ceea ce trebuie să luăm aminte este faptul că noi, ortodocșii, avem marele dar de a avea la dispoziție textele Părinților neptici, care se referă la aceste teme majore care-l preocupă pe om și care vindecă problemele lui fundamentale din interiorul unei antropologii și soteriologii totale, care se sprijină pe adevărata teologie, hristologie și ecclesiologie.

Desigur, este cunoscut faptul că sufletul bizantinului (romeului) este foarte diferit de sufletul omului occidental. Stelios Ramfos, examinând deosebirea dintre psihologia din afara Bisericii și teologia ortodoxă neptică¹, face observații pătrunzătoare, vrednice de atenție și foarte importante pentru expunerea temei cu care ne ocupăm. Voi prezenta în continuare punctele centrale ale opiniei lui.

Sufletul omului, care este nemuritor după har, are în mod evident un caracter comunitar, din moment ce această lucrare dinamică transcendentă a duhului (πνεύμα) îl unește pe om cu universul și cu Dumnezeu. Însă această nemurire a sufletului

¹ În care este cuprinsă și psihologia ortodoxă.

Aceasta înseamnă că omul nu trebuie să fie analizat ca ființă autonomă, iar sufletul lui nu trebuie limitat la conștiință, care este o îmbinare a gândirii și a voinței, ci sufletul trebuie să fie considerat elementul duhovnicesc al existenței omului, care are minte (νοῦς) și rațiune (λόγος) și în acest fel omul poate intra în relație cu comunitatea, cu Dumnezeu și cu creația. Când nu se face distincție între minte și rațiune, ci aceste două elemente sunt identificate, așa cum face filosofia occidentală și cum o exprimă și psihologia occidentală, atunci se creează multe nenorociri.

După penetrantele sale observații cu privire la metoda psihologiei occidentale, Stelios Ramfos menționează: „Sufletul bizantinului diferă mult, atât de sufletul orientalului, cât și de cel al omului occidental care a constituit faptul empiric al psihologiei moderne. Ceea ce înseamnă că trebuie exclusă orice teorie și practică psihologică care ignoră seculara tradiție spirituală a spațiului nostru cultural, în sensul ei larg, și că, dacă nu vrem să devenim un popor schizofrenic, trebuie vămuită cu atenție toată esența produselor științifice introduse, presupuse și hărăzite pentru un alt fel de suflet”.

Într-o discuție, pe care am purtat-o cu mitropolitul Ioanninei, Theoklitos, care se distinge prin profunzimea lui filosofică, mi-a

explicat aceeași viziune într-un mod propriu. A spus că nu poate exista o întâlnire absolută între psihologie și teologie, pentru că mișcarea celor două realități este diferită. Așadar, psihologia începe de jos în sus, de vreme ce cercetează subconștientul omului și încearcă să explice și să stabilească relațiile lui sociale, în timp ce teologia pornește de la cele de sus către cele de jos, de vreme ce ea se sprijină pe cuvântul revelat și încearcă să-l ajute pe om în trăirea lui. Omul nu poate fi considerat o ființă autonomă, deoarece el este după chipul și după asemănarea lui Dumnezeu. Dumnezeu descoperă omului adevărul, iar omul, prin harul lui Dumnezeu, se vede pe sine și se nevoiește să trăiască adevărul.

A doua observație este că părintele psihanalizei, care a dat un puternic impuls dezvoltării psihologiei în Occident, Freud, a fost de origine evreiască. La fel și Frankl. Acesta, după părerea mea, este un aspect foarte important, pentru că arată influența Vechiului Testament în dezvoltarea tezelor de bază ale psihologiei adâncurilor și înălțimilor.

Influența exercitată de gândirea ebraică asupra diferitelor curente moderne este un fapt indubitabil. Drept exemplu vom folosi observațiile lui Nikolai Berdiaev asupra teoriilor sociale ale lui Marx. Nikolai Berdiaev

susține că Marx, ca evreu, a fost în subconștientul său purtător al mesianismului. Însă, deoarece el a respins credința în Dumnezeu și s-a rupt de rădăcinile religioase ale poporului său, a devenit hiliast și a transpus această viziune mesianică în spațiul social. În loc de venirea Împărăției lui Dumnezeu, a aspirat la întronarea socialismului pe pământ. În locul lui Mesia, a fost așezat proletariatul, care, când va stăpâni pe pământ, atunci va începe o epocă nouă.

Acest lucru se poate observa și în cazul psihologiei, desigur prin adaptări relative ale temei sesizate de Berdiaev. Freud, dar și Frankl au fost de origine evreiască și, într-un anume fel, influențați de învățătura Vechiului Testament. Știm cu toții foarte bine că în Vechiul Testament se vorbește foarte mult de lumea interioară a omului, de vreme ce și acolo a existat și există în mod intens actul terapiei și desigur al terapiei inimii, ceea ce s-a numit (mai târziu) subconștient. Consider că părintele psihanalizei, Freud, a fost influențat de multitudinea pasajelor Vechiului Testament, în care se vorbește despre inimă. Caracteristic este pasajul din Psalmi: „Ca să pătrundă în adâncul omului și în adâncimea inimii lui” (Ps. 63, 7).

Astfel, ca evreu, a cunoscut tema inimii și ce este ea. A cunoscut foarte bine, fie și inconștient, că rațiunea nu este facultatea

unică și centrul unic și exclusiv al personalității omului, din moment ce poziția conducătoare și rolul primordial îl joacă inima, în deplina semnificație a cuvântului. Chiar și în opiniile lui Frankl putem vedea cu în unele locuri, influențarea sa intensă de Vechiul Testament, de vreme ce face referire la modele și învățături din acesta.

Dacă gândește cineva că Vechiul Testament a trecut într-un mod corect în viața creștinismului, și cea mai bună dezvoltare și erminie a lui se salvează în Noul Testament, întrucât, prin prisma Bisericii se poate observa concepția integrală a Vechiului Testament, înțelege că Biserica Ortodoxă salvează ceea ce a exprimat mai de preț Vechiul Testament. Prin urmare, ca ortodocși noi putem nu doar să înțelegem concepțiile psihanaliștilor occidentali, ci să înaintăm dincolo de acestea.

A treia observație, care după părerea mea merită toată atenția, este aceea că, atunci când studiază cineva concepțiile tuturor psihologilor, psihanaliștilor și psihoterapeuților, cel puțin ale celor clasici, va constata două realități. Prima că, așa cum am spus anterior, aceștia au fost influențați direct sau indirect de gândirea ebraică și de Vechiul Testament. De altfel, noțiunea de „țap ispășitor” este păstrată din Vechiul Testament. A doua realitate este cunoașterea