

**UNIVERSITATEA „BABEȘ-BOLYAI”  
FACULTATEA DE TEOLOGIE ORTODOXĂ  
ȘCOALA DOCTORALĂ “ISIDOR TODORAN”**

## **Psihoterapia pastorală în arealul monahal**

**COORDONATOR ȘTIINȚIFIC**

**Arhim. Prof. Univ. Dr. Tia Teofil (Cristian)**

**DOCTORAND**

**Irimiea Arsenie  
(Alexandru)**

**Cluj-Napoca  
2023**

*Psihoterapia pastorală centrată pe viața și asceza monahală este menită să scoată la iveală conflictele și traumele sufletești care împiedică monahul să progreseze pe calea pe care și-a ales-o. Deseori viața trăită anterior venirii în mănăstire a fost pentru mulți monahi dificilă, iar urmele ei se păstrează în adâncurile minții, subminând eforturile ascetice necesare progresului duhovnicesc. Implicarea psihoterapeuților ortodocși în dinamica vieții mănăstirești poate aduce alinare în sufletele monahilor care nu reușesc să depășească suferințe interioare adânci și greu de explicat fără cunoștințe din domeniul psihologiei. De aceea psihoterapia este menită să le înlăture și să prevină bolile psihice care pot să apară pe fondul tensiunii interioare excesive.*

Psihoterapia reprezintă un domeniu ignorat în spațiul monahal românesc. Complexitatea vieții călugărești explică această explorare redusă a potențialului terapeutic a sufletului omenesc pe care știința îl deține. Sute de cărți sprijină efortul ascetic al monahului, ele constituind o comoară de înțelepciune care se dovedește la fel de valabilă de la o generație la alta. Lumea postmodernă provoacă adesea derivă în sufletul omului care vrea să cunoască pe Dumnezeu, astfel că alegerea vieții monahale răspunde la degingolada pe care o propune ritmul rapid al societății contemporane.

Motivația care a stat la baza cercetării de față a rezultat din dorința de a oferi îndeosebi monahilor un volum cu informații relevante care să evidențieze beneficiile utilizării psihoterapiei în spațiul mănăstiresc. Alegerea temei de cercetare a pornit de la ipoteza că accesul psihoterapeuților ortodocși într-o mănăstire poate contribui la progresul duhovnicesc, înlăturând conflictele interioare și exterioare. Introducerea psihoterapiei în spațiul monahal reprezintă o noutate în țara noastră. Dificultățile cu care se confruntă monahii la nivel sufletesc țin adesea de experiențele pe care le-au trăit înainte de a ajunge în mănăstire, astfel că îmbolnăvirile psihice nu sunt străine nici de acest spațiu binecuvântat. Intervențiile psihoterapeutice au loc astăzi cu preponderență acolo unde s-a declanșat o boală psihică, fiind necesar ajutorul de urgență al serviciilor publice specializate.

Puțini preoți dețin o pregătire universitară în domeniile psihologiei sau al psihiatriei care să ajute în acest sens. Duhovnicii de mănăstire adună înțelepciune duhovnicească și sunt capabili să identifice luptele interioare ale multor oameni, există însă cazuri complicate când duhovnicii se recunosc depășiți de manifestările unor boli psihice, chiar dacă ceștinii, mai ales monahii, sunt slujitori ai lui Dumnezeu în fiecare clipă a vieții lor.

Privită în mod sintetic, *Introducerea psihoterapiei în spațiul monahal* reprezintă o noutate în țara noastră. Dificultățile cu care se confruntă monahii la nivel sufletesc țin adesea de experiențele pe care le-au trăit înainte de a ajunge în mănăstire, astfel că îmbolnăvirile psihice nu sunt străine nici de acest spațiu binecuvântat. Intervențiile psihoterapeutice au loc astăzi cu preponderență acolo unde s-a declanșat o boală psihică, fiind necesar ajutorul de urgență al serviciilor publice specializate.

Primul capitol se intitulează **Precum în cer, așa și pe pământ. Impactul figurii tatălui: Paternitatea și modelele familiei în discernerea vocației** și cuprinde 3 subcapitole, cu un total de 27 de secțiuni. Primul capitol surprinde viitorul monah de la vârsta copilăriei până la adolescență, vârsta marilor decizii. Paternitatea în lumea contemporană este pusă însă în cheie enigmatică, discreționară. Vremurile și gândirea postmodernă o recomandă ca improprie sau ca deziderat pe termen lung, dar care poate fi mult întârziat. Ezitarea multor tineri de astăzi de a-și întemeia o familie sau de a alege calea monahală se traduce și într-o schimbare a înțelegerii clasice a paternității ca simbol al autorității și al dragostei responsabile. Asistăm astfel la o adolescență prelungită și de aici la un declin al paternității și al masculinității. Procesul decizional care determină schimbări majore în viața unui tânăr are însă și un rol mai puțin vizibil. Aici se poate menționa câștigarea sau consolidarea unei stime de sine sănătoase. Depresia și nevroza pot împiedica progresul duhovnicesc sau îl pot camufla, există însă și cazuri în care ele pot împiedica cu totul împlinirea vocației monahale. În mănăstiri ajung mulți tineri plini de râvnă care doresc cu ardoare să devină monahi sau monahii și totuși nu reușesc să rămână. Un prim motiv pentru numărul mic de aspiranți la monahism este secularizarea societății. Promovarea sexualismului, a pornografiei și a imoralității influențează negativ dorința tinerilor de a rămâne într-o viață ordonată și a o urma pe calea monahală, acesta fiind argumentul pentru care numărul monahiilor este mult mai mare decât cel al monahilor, cum era în vremurile trecute.

Capitolul al doilea **O vocație rănită încă dintru început. Boala psihică în societate și în arealul monahal**, compus din 2 subcapitole cu 12 secțiuni, face diagnoza familiei contemporane conjugale și monahale. În ansamblul ei, boala psihică este foarte prezentă în lume, iar condițiile favorabile instalării lor se regăsesc pe fiecare palier al activității sociale sau monahale. În multe din cazuri, brutalitatea părinților constelează universul interior al copilului-viitor monah, cu riscul de a deveni la maturitate un prag de netrecut în calea propriei împliniri sufletești și sociale. În viața monahală contează mult bagajul emoțional cu care candidatul la

călugărie sosește la poarta mănăstirii. Bolile psihice implică și dereglări în funcționarea creierului care modifică modul normal de percepție al realității. Ele duc la comportamente nefirești care pot indica instalarea unei boli, starea de agitație și de înclinație spre răzvrătire caracterizând un număr mare de nevroze.

**Psihoterapia ortodoxă și vindecarea bolilor psihice** relevă paradigmele terapeutice care tratează majoritatea bolilor psihice care se dezvoltă într-o comunitate cu viață consacrată. Constituindu-se în capitolul 3 al tezei, cu 3 subcapitole generoase și 18 secțiuni, abordează boala psihică din perspectivă duhovnicească și medicală. Manualele de ascetică și mistică ale Bisericii Ortodoxe vorbesc despre bolile psihice cu mult înainte de medicina seculară, considerând că sursa lor este lucrarea demonilor, firea căzută a omului, ori din condiționări din copilărie sau adolescență.

Două dintre cele mai relevante terapii contemporane care pot fi aplicate cu succes în mănăstire sunt: REBT, și logoterapia. Consilierea psihologică integrează astăzi tot mai mult în terapie abordări care să țină cont de credințele religioase ale clienților. Acest demers a pornit de la constatarea psihoterapeuților că introducerea practicilor religioase în terapie pot contribui considerabil la îmbunătățirea stării de sănătate. O formă de psihoterapie cognitiv comportamentală în care se folosesc practici religioase este cea numită terapie rațional emotivă și comportamentală (REBT). Ea pornește de la asumția că problemele emoționale și comportamentale ale unei persoane derivă dintr-o gândire greșită cu privire la evenimentele trăite și nu din derularea evenimentelor în sine. Paradigma terapeutică de tip REBT se bazează pe câteva asumții care ghidează atât procesul de diagnosticare, cât și pe cel de intervenție, terapeutic.

Logoterapia lui Frankl se bazează pe o adevărată filosofie a vieții care are trei mari coordonate, anume libertatea voinței, voința de sens și sensul vieții. Pe baza acestora psihanalistul vienez construiește o filosofie existențialistă. Asemenea lui Albert Ellis, Victor Frankl a căutat prin logoterapie să modifice și să însufle o filosofie de viață. Frankl susținea că în ciuda dificultăților interioare pe care le resimte omul este totuși liber să-și aleagă modul de viață. Acesta are nevoie însă de un sens înalt, după propriile lui constatări din practica de psihanalist. Iar acest sens aparte este dat de voința de sens caracteristică ființei umane. Frankl îi determina pe oameni să dea sens nu doar vieții ca întreg, ci și fiecărui eveniment în parte. Conceptul de sens al vieții în viziunea lui Frankl înseamnă acel ceva care merge înaintea omului și care îl provoacă neîncetat, îi imprimă vitalitate. Asemenea se întâmplă și în Ortodoxie unde

tensiunea căutării lui Dumnezeu nu trebuie să slăbească de-a lungul vieții. Cunoașterea lui Dumnezeu presupune o neîncetată strădanie de a împlini poruncile Lui prin care El se descoperă omului. Uimirea este sentimentul care însoțește constant această cale a căutării Ființei Veșnice, iubitoare de oameni.

Lipsa de sens a oamenilor de astăzi conduce la numeroase boli psihice, de la depresie la nevrozele noogene. Acestea din urmă derivă în mod direct din lipsa de sens a vieții. Viktor Frankl a accentuat încă o dată nevoia de a pune ființa umană în poziția de a se confrunta cu întrebări privitoare la evoluția propriei vieți și de a da răspunsuri care să justifice strădaniile cotidiene. Fragilitatea omului de astăzi este dovedită de numărul mare de oameni diagnosticați cu nevroze, depresii, anxietate, dependențe de tot soiul. Personalitatea umană se modifică și se schimonosește în funcție de vremurile care apasă asupra ei. Echilibrul sufletesc care întreține sănătatea psihică are nevoie de o gândire bine consolidată pe un scop al vieții. În caz contrar omul se vede purtat de valurile schimbărilor neîncetate, fără a avea un ax interior care să-i dea putere și o înțelegere superioară a tot ceea ce trăiește pe acest pământ.

Capitolul 4 este rezervat **Metodelor terapeutice adecvate vieții călugărești – între acceptare și dezavuare**, se constituie într-un veritabil manual de psihoterapie a tulburărilor anxioase. Fiecare din gândurile răutății, declanșator de contradicții interioare și traume personale este tratat din punct de vedere duhovnicesc și cu exemple practice pentru obștile monahale. Ca element de maximă noutate, terapia centrată pe clientul-monah este oferită ca soluție pentru tulburările interne din viața mănăstirii. Considerând că organismul are puteri autovindecătoare care trebuie descoperite prin înlăturarea constrângerilor care împiedică acest proces de refacere, Carl Rogers propune iertarea ca și cale de urmat pentru vindecarea personală. Aceste constrângeri se referă la ideile pe care le formulează și le menține o persoană cu privire la sentimentele pe care consideră că nu ar trebui să le trăiască. În felul acesta, remarca Rogers, persoana se integrează mult mai puțin din punct de vedere psihic și de aici rezultă relații interpersonale denaturate. Intenția psihoterapiei lui Carl Rogers era să ajute persoana să rezolve aceste discrepante interioare astfel încât ea să ajungă să se accepte pe sine.

Capitolul 5 se intitulează **Psihoterapia depresiei în grupul de monahi** și este format din 6 secțiuni care tratează teme actuale pentru viața monahală contemporană, precum: Trezvia-liantul armoniei în obștea monahală; Stările depresive ca momente de analiză a progresului; Cuvintele rostite și rolul lor în păstrarea echilibrului emoțional și Sănătatea fizică în arealul monahal - element cheie în practicile ascetice. Descrierea tulburărilor psihologice și a patimilor

nu se reduce doar la diagnosticarea lor, ci candidatul oferă și soluții de ieșire din criza existențiale, care sunt vertebrale atât medical, cât și duhovnicesc.

Acceptarea psihoterapiei ca mijloc de înțelegere a celuilalt și de depășire a discordiilor, precum și de refacere în totalitate a relațiilor afectate de conflicte reprezintă o mână întinsă și strânsă spre beneficiul întregii obști. Psihoterapia de grup are marele avantaj că îmbunătățește în același timp părerea despre sine și schimbă percepțiile negative asupra situațiilor și persoanelor. Participanții descoperă în timpul discuțiilor că au multe puncte comune și că pot depăși anumite puncte de vedere greșite care păreau definitive. Mai ales, permite monahilor să împlinescă porunca dragostei de aproapele fără jumătăți de măsură.

Exemplul concret îl constituie capitolul 6 care are ca temă pe **Părinții filocalici și sfaturile vindecătoare pentru lumea monahală contemporană**. În special, importanța depășirii necazurilor din mănăstire prin rugăciunea personală și salvatorul efect terapeutic al voturilor monahale.

Recursul la psihoterapie pentru vindecarea bolilor psihice din rândul monahilor este justificat de faptul că persoanele care intră în mănăstiri poartă adesea suferințe adânci care se transformă în obstacole pe calea desăvârșirii, iar, pe de altă parte, vocația monahală se dovedește în timp. Datorită complexității lumii de astăzi, stareții și starețele se găsesc uneori în situația de a nu-și da seama dacă novicii sunt motivați de o chemare autentică. Dificultatea de a stabili dacă un novice poate îndeplini cerințele vieții monahale îi determină pe conducătorii de obști să accepte persoanele care se arată entuziasmate de urmarea unui asemenea drum anevoios.

Progresul tehnic înregistrat la nivel planetar influențează invariabil destinul tuturor oamenilor, fluxul informațional nestăvilit schimbând mințile și denaturând capacitatea de a judeca existența dintr-o perspectivă optimistă. Frica se transformă în anxietate și adesea în fobii care declanșează boli psihice pentru care intervenția specializată este obligatorie. Toate vârstele sunt din nefericire marcate de această realitate. Instabilitatea socială impune reacții imprevizibile la nivel individual și de grup, precum este familia. Relațiile strânse care sunt determinate de dragostea altruistă sunt adesea desconsiderate ca neviabile într-o lume care pretinde competiția de dragul acumulărilor materiale. În acest context, dorința omului de a căuta pe Dumnezeu cel Adevărat rămâne însă o opțiune de viață pe care tainic o cultivă persoane din lumea întregă.

Viața monahală accentuează importanța unei gândiri care cultivă discernământul duhovnicesc, abilitatea de a reflecta asupra propriilor gânduri mijlocește progresul duhovnicesc. Viața trăită

anterior venirii în mănăstire tinde să aibă astăzi o influență mult mai mare decât în trecut asupra evoluției persoanei pe calea strămtă a ascetismului asumat în cadrul unui grup de monahi. Rănile sufletești din timpul copilăriei rămân, iar întâlnirea cu monahismul nu întotdeauna le vindecă. Duhovnici iscusiți sunt nevoiți să recunoască că sunt depășiți de dificultățile interioare cu care vin în mănăstiri o parte dintre cei care doresc să urmeze această cale.

Decizia de a recurge la cunoștințele din psihologie și medicină se ia cu greu în mănăstirile de pe teritoriul țării, de obicei instalarea unei boli psihice constituie momentul tardiv în care se solicită sprijinul serviciilor publice specializate. Cu ajutorul acestora, monahul afectat este reintegrat în obște, care trebuie să învețe cum să-i ofere ajutorul de care are nevoie. Declanșarea unei boli psihice care primește diagnostic din partea unei autorități publice schimbă ritmul de viață al unei obști, schizofrenia, de exemplu, este greu de purtat pentru orice bolnav. Cei care îngrijesc o persoană cu această boală trebuie să facă eforturi pentru a se adapta cerințelor impuse de evoluția ei, iar aparținătorii care oferă îngrijire bolnavului se găsesc în situații care uneori îi copleșesc. În mănăstire este necesar un anumit număr de monahi care să îngrijească un frate cu schizofrenie astfel încât progresul duhovnicesc general să nu fie împiedicat.

Semnele unei boli psihice sunt adeseori vizibile, iar altele greu de observat. Viața monahală nu este deloc ușoară, ea presupune o modelare permanentă a comportamentului fiecărui călugăr în raport cu cel de lângă el pentru a ajunge la unitatea obștii care ridică un singur gând de rugăciune către Dumnezeu. Cerințele ascetice din cadrul mănăstiresc trebuie asumate cu responsabilitate de la început, starea psihică cu care sosesc novicii nu este identică, iar îmbolnăvirile psihice sunt diverse și nu concordă întotdeauna cu teoriile avansate de știință. Ele depind de fragilitatea persoanei și implicarea psihoterapeuților ortodocși este recomandabilă în asemenea condiții. În mod firesc, prevenirea unei prăbușiri psihice are avantaje. Monahul care se poate bucura de un sprijin specializat se eliberează de poveri sufletești de care nu era conștient și pe care duhovnicul nu le putea înlătura singur. Spațiul monahal acceptă cu dificultate de obicei asemenea intervenții pentru că sunt inedite pentru viața ascetică, ele încep însă să fie abordate și pe teritoriul național pentru că devine evident că sunt folositoare.

Depresia este de asemenea des întâlnită în viața monahală românească, monahiile fiind îndeosebi afectate de această plagă modernă. Stările depresive trădeză o inadecvare cu viața de creștin, conflictele zilnice care survin între călugări fiind estompate prin supunerea față de regulile mănăstirii. Dar în realitate, multe pot să reizbucnească. Conviețuirea sub același

acoperiș întreaga viață nu este confortabilă întotdeauna, mulți novici se simt depășiți de ritmul unei mănăstiri și se întorc în societate, unde continuă viața printre laici, mergând la o biserică unde preotul îi ajută să rămână pe drumul către Dumnezeu. Alegerea căii monahale reprezintă o decizie care se ia împreună cu duhovnicul și presupune o perioadă de pregătire. Condiția care trebuie îndeplinită atunci când se ia o asemenea hotărâre este ca sănătatea fizică și psihică a persoanei să fie foarte bună, obștile monahale fiind locuri în care se muncește susținut, motiv pentru care novicele trebuie să fie obișnuit cu efortul fizic. În același timp, conviețuirea implică disponibilitatea de a ierta greșelile celuilalt.

Atitudinea smerită este absolut obligatorie pentru a rezista în mănăstire, robustețea fizică și psihică nu este la îndemâna oricui, astfel că urmarea căii monahale presupune în consecință înțelepciune. Bolile psihice apar în acest spațiu pentru că viața austeră și comunicarea dintre viețuitori pot să accentueze problemele interioare. Acceptarea intervenției specializate în cadrul monahal ține de responsabilii acestor așezăminte. Discuția cu un psihoterapeut poate părea surprinzătoare pentru un monah obișnuit să fie taciturn, dar accesul specialiștilor creștini-ortodocși în mănăstiri poate aduce beneficii considerabile mai ales în depășirea conflictelor interioare. Implicarea unui psihoterapeut poate să schimbe neajunsurile cu care se confruntă monahii sub aspectul stărilor psihice negative. Duhovnicii care au pregătire în domeniul psihologiei sunt rari, iar reticența de a recurge la ajutorul specializat poate fi înlăturată prin dialogul cu psihoterapeuți care participă la viața Bisericii. Acceptarea ajutorului specializat poate fi o decizie a unei singure mănăstiri sau a autorităților eparhiale. Caracterul preventiv al unui asemenea demers se justifică atunci când se ia în considerare suferința pe care o trăiește o persoană diagnosticată cu o boală psihică. Ameliorarea stării interioare a monahilor cu ajutorul psihoterapiei este astăzi o opțiune care merită atenție, știința psihologiei și a psihiatriei au identificat mecanismele de funcționare ale multor traume pe care le pot trata, diminuând sau eliminând pericolul unei îmbolnăviri grave.

Aspectele pozitive ale psihoterapiei în spațiul monahal se vor intensifica pe măsura recurgerii la ea. Procesul decizional care permite accesul psihoterapeuților revine autorităților bisericești locale și naționale care înțeleg beneficiile acestui demers. Bolile psihice ale monahilor sunt în consecință realități deloc neglijabile. Monahul cu depresie sau altă afecțiune psihică are nevoie de sprijin, iar accesul psihoterapeuților credincioși în spațiul monahal este de bun augur. Explorarea potențialului vindecător al psihoterapiei rămâne la dispoziția oricărui păstor monahal.



Mănăstirile sunt repere în viața unei națiuni, stabilitatea și pacea pe care o emană răsfrângându-se asupra tuturor. Sănătatea duhovnicească și psiho-emoțională a monahilor este de aceea importantă pentru comunitatea bisericească de pe teritoriul național. Cercetarea de față a urmărit să dovedească necesitatea utilizării psihoterapiei în areal monahal, vertebrată pe învățătura Mântuitorului Iisus Hristos și a Sfinților Părinți.

Keywords: Psihoterapie, vocație monahală, duhovnic, obște, responsabilitate, terapie de grup, terapie centrată pe client, logoterapie, asceză.

## CUPRINS

<b>Introducere</b> .....	8
<b>Capitolul 1 – “Precum în cer, așa și pe pământ” (Mt. 6, 10). Impactul figurii tatălui: Paternitatea și modelele familiei în discernerea vocației</b> .....	16
<b>1.1. Paternitatea în lumea contemporană</b> .....	16
1.1.1. Obstacole interioare în alegerea paternității. Influența asupra relației cu Dumnezeu.....	19
1.1.2. Rolul tatălui în educația religioasă a copilului. Posibilă opțiune pentru alegerea căii monahale.....	23
1.1.3. Viața duhovnicească a familiei. Rolul ei în deciziile copiilor la vârsta adultă.....	27
1.1.4. Stiluri de parenting și efectele asupra adultului devenit monah.....	32
1.1.5. Solidaritatea familiei cu intenția tânărului de a fi monah. Efortul colectiv de a discerne calea.....	37
1.1.6. Emotivitatea negativă a familiei. Căutarea căii monahale ca soluție vindecătoare.....	39
1.1.7. Recunoașteri ale Căii și efortul de a ierta neîmplinirile familiale – Iarăși despre rolul tatălui în împlinirea vieții prin vocația monahală.....	44
<b>1.2. Copilul și suferința patimilor în perspectiva vieții monahale</b> .....	46
1.2.1. Familia creștină și învățătura Bisericii Ortodoxe despre patimi.....	46
1.2.1.1. Familia creștină astăzi - progres sau stagnare.....	46
1.2.1.2. Învățătura Bisericii Ortodoxe despre patimi – influența lor asupra vieții de familie. Abordare psihoterapeutică și optimism filocalic.....	53
1.2.1.2.1. Lăcomia pânteceleului și nesațiul afectiv.....	54
1.2.1.2.2. Desfrânarea și dragostea superficială.....	58

1.2.1.2.3. Iubirea de arginți și lipsa viziunii durabile asupra vieții.....	60
1.2.1.2.4. Mânia și irascibilitatea socială.....	63
1.2.1.2.5. Întristarea și anxietatea patologică.....	70
1.2.1.2.6. Trândavia sau lenea – purul plictis de a trăi..	75
1.2.1.2.7. Slava deșartă și nevoia cronică de confirmare.....	79
1.2.1.2.8. Mândria sau ispita egocentrismului.....	81
<b>1.3. Adolescența – vârsta marilor decizii reversibile. Cartografierea tinereții: harul dumnezeiesc și voința omenească. Cultivarea vocației monahale în context actual.....</b>	<b>85</b>
1.3.1. Adolescența astăzi – exces de noutate și ezitare în decizii.....	85
1.3.2. Educația inconsecventă – poartă către o adolescență problematică și lipsită de sens...87	87
1.3.3. Adolescența – un plus de identitate de sine. Șansa afirmării propriei personalități.....91	91
1.3.4. Dependentele la vârsta adolescenței – influența familiei și a grupului de prieteni.....95	95
1.3.5. Dezvoltarea cognitivă la adolescență – rolul ei în stabilirea idealurilor de viață.....99	99
1.3.6. Biserica la adolescență – influență decisivă în luarea deciziilor de viață.....101	101
1.3.7. Gândirea adolescentină – punte spre succes sau spre ratare. Rolul duhovnicului în promovarea Persoanei lui Hristos.....104	104
1.3.8. Adolescența și bolile psihice – soluții pe termen scurt și lung. Necesitatea pregnantă a harului ca soluție vindecătoare.....109	109
1.3.9. Spațiul eclezial – rolul în definirea parcursului de viață postadolescentin. Nașterea întru dureri a „omului nou”.....112	112
<b>Capitolul 2 - O vocație rănită încă dintru început. Boala psihică în societate și în arealul monahal .....</b>	<b>116</b>
<b>2.1. Familia și bolile psihice - condiții favorabile instalării lor.....</b>	<b>116</b>
2.1.1. Brutalitatea părinților și fricile copiilor.....	116
2.1.2. Greșeli educaționale și lupta cu egoismul la vârsta adultă.....	119
2.1.3. Bagajul emoțional al copilăriei și depășirea conflictelor interioare la maturitate.....	123
2.1.4. Nevrozele copiilor – consecința modelelor parentale negative.....	126
2.1.5. Boala psihică a copilului și ajutorul Bisericii.....	129
2.1.5.1. Adolescența depresivă și riscul dependenței de substanțe la orice vârstă.....	134
2.1.6. Învățătura Bisericii și Orthopraxia – rolul în prevenirea și tămăduirea bolilor psihice..	140

<b>2.2. Frământări cotidiene și suferințe psihice în societate și în monahism.....</b>	<b>146</b>
2.2.1. Alegerea căii monahale – decizie de familie sau personală.....	146
2.2.2. Despățimirea - o ilustrare a străduințelor de vindecare pe termen lung.....	149
2.2.3. Trecutul personal – pârghie sau obstacol pentru viața duhovnicească matură.....	153
2.2.4. Lucrarea virtuților – temelia sănătății psihice.....	156
2.2.5. Slujbele Bisericii – contrapondere la nervozitatea lumii contemporane ca sursă a bolilor psihice.....	160
2.2.6. Bolile psihice în arealul monahal – rețuță de învins în urcușul duhovnicesc.....	163
<b>Capitolul 3 - Psihoterapia ortodoxă și vindecarea bolilor psihice.....</b>	<b>175</b>
<b>3.1. Psihoterapia în arealul monahal. Speranță și îngăduință.....</b>	<b>175</b>
3.1.1. Dragostea dumnezeiască – temeiul <i>asemănării</i> cu Dumnezeu.....	175
3.1.2. Rugăciunea neîncetată - metodă a detoxifierii sufletești.....	178
3.1.3. Declanșarea suferințelor psihice și remedii duhovnicești în spațiul monahal .....	181
3.1.4. Monahii cu diagnostic de boli psihice și obștea monahală: provocare și speranță de vindecare pentru boala asumată.....	185
3.1.5. Pilda de smerenie a Mântuitorului Iisus Hristos și vindecarea bolilor psihice.....	192
3.1.6. Monahul și boala sa psihică – dar mântuitor al Proniei dumnezeiești.....	196
<b>3.2. Psihoterapia în arealul monahal – paradigme terapeutice.....</b>	<b>204</b>
3.2.1. Îmbisericirea omului și lupta ascetică pentru îndumnezeire – legătura tainică cu Mântuitorul Hristos.....	204
3.2.2. Dragostea părintească – premisă a virtuților la vârsta adultă.....	207
3.2.3. Dialogul în psihoterapia ortodoxă - calea iubirii aproapelui.....	209
3.2.4. Paradigme terapeutice în psihologia contemporană.....	213
3.2.4.1. Teoria rațional emotivă și comportamentală (REBT).....	213
3.2.4.2. Logoterapia lui Victor Frankl și psihoterapia ortodoxă.....	216
3.2.5. Personalitatea bolnavă în spațiul monahal – asumare sau respingere a voii dumnezeiești.....	220
<b>3.3. Psihoterapia în arealul monahal – mănăstirea ca spațiu al vindecării.....</b>	<b>226</b>
3.3.1. Copilăria nefericită - izvor al conflictelor din viața monahală.....	226

3.3.2. Depresia la omul religios – cale pentru lucrarea demonică sau virtute în calea monahală.....	229
3.3.3. Nevrozele – sursă de conflict interior care ocultează progresul duhovnicesc.....	231
3.3.4. Vocația monahală – eșec sau luptă. Locul bolilor psihice în alegerea monahismului.....	234
3.3.5. Psihoterapia ortodoxă în spațiul monahal – între discreție și necesitate.....	238

**Capitolul 4 - Metode terapeutice adecvate vieții călugărești – între acceptare și  
dezavuare.....247**

<b>4.1. Dependența de conflict în arealul monahal – premisă a involuției duhovnicești.....</b>	<b>247</b>
4.1.1. Vocația monahală și capacitatea de comunicare cu semenii.....	247
4.1.2. Traumele interioare și asceza monahală – între vindecare și escamotare.....	251
4.1.3. Psihoterapia centrată pe client – adaos binevenit la spovedania monahului.....	254
4.1.3.1. Psihoterapia centrată pe client – avantaje pentru monah.....	254
4.1.3.2. Rolul psihoterapeutului în vindecarea suflească a monahului.....	257
4.1.3.3. Contribuția psihoterapiei centrate pe client la eradicarea patimilor sufletești ale monahului.....	259
4.1.4. Psihoterapia de grup – soluție postmodernă la conflictele din obștile monahaledezbinat.....	263
4.1.4.1. Psihoterapeutul creștin-ortodox și grupul de întâlnire din mănăstire.....	266
4.1.4.2. Psihoterapia centrată pe grup și redobândirea trezviei monahale.....	268
4.1.4.3. Beneficiile psihoterapiei centrate pe grup în refacerea prieteniei dintre monahi.....	270
4.1.4.4. Contribuția individuală a monahilor la grupul de întâlnire – calea ieșirii din conflict.....	274
<b>4.2. Psihoterapia ortodoxă a tulburărilor depresive – nevoie imperioasă de iertare și împăcare cu sine și cu semenii.....</b>	<b>281</b>
4.2.1. Depresia omului credincios în lumea de astăzi – între deznădejde și smerenie.....	281
4.2.2. Autocritica exagerată – obstacol în progresul duhovnicesc.....	284
4.2.3. Comunicarea onestă dintre duhovnic și psihoterapeut – o complementaritate necesară în mănăstirea contemporană.....	289
<b>4.3. Psihoterapia ortodoxă a tulburărilor anxioase.....</b>	<b>291</b>

4.3.1. Anxietatea – piedică în calea unui prezent împlinit.....	291
4.3.2. Iubirea pătimasă de sine – denaturarea poruncii dumnezeiești.....	297
4.3.3. Iubirea de plăcere – sursă pentru sfâșierea interioară.....	297
4.3.4. Invidia – lucrare împotriva aproapelui. Calea spre eșecul personal.....	302
4.3.5. Iubirea de vrăjmași – între anxietatea pericolului iminent și pacea hristică.....	309
4.3.6. Deznădejdea – căutarea ajutorului prin abisurile sufletești.....	313
4.3.7. Suferința – poartă a stărilor anxioase.....	319
4.3.8. Răbdarea – între virtute eshatologică și deprindere .....	324
4.3.9. Iubirea lui Dumnezeu – izvor de vindecare a sufletului anxios.....	329
<b>Capitolul 5 - Psihoterapia depresiei în grupul de monahi.....</b>	<b>335</b>
5.1. Trezvia – liantul armoniei în obștea monahală. Modelul terapeutic ACT.....	335
5.2. Obiectivele monahale – între concret și eshatologic. Aspecte pozitive în depășirea depresiei.....	339
5.3. Stările depresive – momente de analiză a progresului duhovnicesc.....	345
5.4. Cuvintele rostite – rolul în păstrarea echilibrului emoțional.....	351
5.5. Legătura cu apropoale – piatra de încercare în vindecarea depresiei.....	355
5.6. Sănătatea fizică în arealul monahal – elementul cheie în practicile ascetice.....	366
<b>Capitolul 6 - Părinții filocalici – sfaturi vindecătoare pentru lumea monahală contemporană.....</b>	<b>376</b>
6.1. Depășirea necazurilor în mănăstire prin rugăciunea personală și ajutorul psihoterapeutic.....	376
6.2. Mijloace monahale de combatere a bolilor psihice – ascultarea, postul și rugăciunea.....	387
<b>Concluzii.....</b>	<b>398</b>
<b>Bibliografie.....</b>	<b>402</b>

