

## Θεραπεία από πόνους στη πλάτη Freedom from back pain

*The Christian Science Journal, October 2009*

Πριν από 18 μήνες περίπου, όταν εργαζόμουν ως νοσοκόμα της Χριστιανικής Επιστήμης, πήγα να μείνω με κάποιον που χρειαζόταν φροντίδα, 24 ώρες το εικοσιτετράωρο. Την προηγούμενη μέρα από εκείνη που επρόκειτο να φύγω, και ενώ βοηθούσα τον ασθενή να σηκωθεί από το κρεβάτι το πρωί, ζώρισα την πλάτη μου. Υπήρχαν πολλά, που έπρεπε να κάνω εκείνη την ημέρα, και μετά την αρχική εντύπωση ότι κάτι δεν πήγαινε καθόλου καλά, θυμήθηκα κάτι, που είχε γράψει η Mary Baker Eddy στο Επιστήμη και Υγεία. «Ό,τι και αν σου επιβάλλει το καθήκον σου να κάνεις, μπορείς να το κάνεις χωρίς να πάθεις τίποτε». (σελ.385)

Διακήρυττα σιωπηλά ότι εκτελούσα, πράγματι, το καθήκον μου και, άρα, δεν θα έπρεπε να υποφέρω από την προσπάθεια, που κατέβαλα, για να βοηθήσω κάποιον. Θυμήθηκα επίσης ένα εδάφιο της Αγ. Γραφής, «Οι προσμένοντες τον Κύριο, θέλουσιν ανανεώσει την δύναμιν αυτών». (Ησαΐας 40:31) Αργότερα, ο ασθενής και εγώ διαβάσαμε το Εβδομαδιαίο Μάθημα Κήρυγμα της Χριστιανικής Επιστήμης. Το θέμα ήταν «Ύλη» και, καθώς διαβάζαμε, μπόρεσα να καταλάβω καλύτερα τον εαυτό μου – και το άτομο που φρόντιζα – σαν πνευματικά όντα, τα οποία δεν υπόκεινται σε κανένα υλικό νόμο. Το γεγονός αυτό μου φαινόταν όλο και πιο σαφές, καθώς προχωρούσαμε στις εμπνευσμένες αλήθειες κάθε παραγράφου του μαθήματος. Στη συνέχεια, μπόρεσα να ανταπεξέλθω σε όλες τις υποχρεώσεις της ημέρας, αν και με ενοχλούσαν οι πόννοι.

Όμως, αργά το απόγευμα αισθανόμουν καταβεβλημένη από τα συμπτώματα και δεν μπορούσα ούτε να σταθώ όρθια ούτε να καθίσω. Ακόμη και ξαπλωμένη δεν αισθανόμουν ανακούφιση. Κατά την διάρκεια της νύκτας, προσευχόμουν όσο καλύτερα μπορούσα, με όσες αλήθειες γνώριζα ότι ίσχυαν για μένα, δηλαδή, ότι είμαι ένα πνευματικό όν και όχι ένα υλικό σώμα, και ότι υπόκειμαι, συνέχεια, στο νόμο της θείας Αγάπης. Αλλά, ακόμη ένιωθα σαν να έδινα μία πραγματική μάχη. Μετά από μια νύκτα, που φαινόταν να μη τελειώνει, κατά την οποία είχα μείνει σχεδόν άγρυπνη, τηλεφώνησα στην πρακτίσιονερ της Χριστιανικής Επιστήμης που βοηθούσε με την προσευχή της το άτομο που φρόντιζα. Μου απάντησε με έμφαση: «δεν είσαι στο όνειρο, του ατόμου που φροντίζεις», και μου ανέφερε ένα εδάφιο από το μάθημα της εβδομάδας: «Η αρμονική ενέργεια προέρχεται από το Πνεύμα, τον Θεό». (Επιστήμη και Υγεία. σελ.480)

Κατάλαβα κατευθείαν ότι η μόνη ενέργεια που υπάρχει, ή υπήρχε ποτέ, είναι αρμονική, και ότι αυτή η ενέργεια δεν προέρχεται από το σώμα ή την πλάτη μου, αλλά από το Πνεύμα, τον Θεό. Εξακολουθούσα να μη μπορώ να σταθώ όρθια ή να καθίσω για περισσότερα από δύο λεπτά της ώρας και αναρωτιόμουν πώς θα οδηγούσα για να πάω στο σπίτι μου.

Ξαφνικά μου ήλθε η σκέψη ότι το άτομο, που θα με αντικαθιστούσε εκείνη την ημέρα, θα μπορούσε να τηλεφωνήσει στο σύζυγό μου και να τον φέρει μαζί της, έτσι ώστε αυτός να

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

© 2010 The Christian Science Publishing Society (CSPS)

Έως και 50 εκτυπωμένα αντίγραφα αυτού του άρθρου μπορεί να αναπαραχθούν και να διανεμηθούν, σε μη κερδοφόρο βάση, αλλά απλά για την κάλυψη κόστους παραγωγής. Αυτό το άρθρο δεν μπορεί να σταλεί με ηλεκτρονικό μήνυμα ή να καταχωρηθεί σε άλλες ιστοσελίδες. Αντ' αυτού, μπορείτε να κατεβάσετε αυτό το άρθρο, όταν συνδεθείτε μέσω διαδικτύου με την ιστοσελίδα του Εκδοτικού Οίκου της Χριστιανικής Επιστήμης. Για να σας δοθεί η άδεια να δημοσιευθεί αυτό το άρθρο σε άλλη έκδοση, μπορείτε να έλθετε σ' επαφή μαζί μας στην ηλεκτρονική διεύθυνση (e-mail) [copyright@cpsps.com](mailto:copyright@cpsps.com), αναφέροντας ως θέμα, "Copyright Request", στην αγγλική γλώσσα.

οδηγήσει το αυτοκίνητό μου ως το σπίτι μας. Καθώς τους περίμενα, συνέχισα να φροντίζω τον ασθενή μου. Κατά διαστήματα, ξάπλωνα για να ξεκουραστώ. Είδα ότι μπορούσα να σταθώ λίγο όρθια ώστε να ετοιμάσω το πρωινό. Μετά ξάπλωσα στο πάτωμα και διάβασα και για τους δυο μας το Εβδομαδιαίο Μάθημα-Κήρυγμα και, στη συνέχεια, τακτοποίησα το σπίτι.

Αν και κατά την επιστροφή, κάθε λακκούβα του δρόμου μου προκαλούσε πόνους, φτάσαμε αισίως στο σπίτι μας. Τηλεφώνησα και πάλι στην πρακτίσιονερ και μου υπενθύμισε ότι ως αντανάκλαση του Θεού δεν ήταν δυνατόν να είμαι ανεξάρτητη από το πρωτότυπο. Αυτό μου έφερε στο νου την εξήγηση, που δίνει η Mary Baker Eddy για τον όρο «αντανάκλαση»: «Η αντανάκλασή σου στον καθρέφτη είναι η δική σου εικόνα και ομοίωση. Αν σηκώνεις ένα βάρος, και η αντανάκλασή σου κάνει το ίδιο». (Επιστήμη και Υγεία, σελ.515) Η κ. Eddy εννοούσε ότι η αντανάκλαση δεν έχει δική της οντότητα και έτσι, κατάλαβα ότι ως ιδέα του Θεού – η αντανάκλασή Του – ούτε εγώ είχα. Αυτό σήμαινε ότι δεν σήκωνα κάποιο “βάρος”, ειδικά κάτι που θα μου προξενούσε κούραση ή πίεση.

Όταν έκλεισα το τηλέφωνο, άρχισα να διαβάζω πάλι κάποια εδάφια από το Εβδομαδιαίο Μάθημα και από το Επιστήμη και Υγεία, όπως: «Ούτε η αδράνεια, ούτε η υπερβολική δράση των οργάνων είναι ανώτερη από τη δύναμη του Θεού. Και η αλλαγμένη θνητή σκέψη θα δει ότι ο άνθρωπος είναι κανονικός και φυσιολογικός, και επομένως πιο αρμονικός στις εκδηλώσεις του, από ότι ήταν στις προηγούμενες καταστάσεις, που είχε δημιουργήσει και καθιέρωσε η ανθρώπινη δοξασία». (Επιστήμη και Υγεία, σελ. 125) Συνειδητοποίησα ότι μόνο ο Θεός, το καλό, είχε τον έλεγχο, τόσο εκείνη τη στιγμή όσο και την στιγμή που εμφανίστηκε το πρόβλημα. Κατάλαβα ότι ο Θεός δεν θα επέτρεπε καμιά ενέργεια να προκαλέσει δυσφορία ή πόνο στο παιδί Του, δηλαδή, σε μένα!

Εν τω μεταξύ, εξακολουθούσα να είμαι ξαπλωμένη στο κρεβάτι, αλλά οι ιδέες, που είχα αποκομίσει, είχαν γίνει τόσο αληθινές, ώστε αισθάνθηκα ότι θα μπορούσα να σηκωθώ και να κατέβω στο ισόγειο, όπου ήταν ο σύζυγός μου και ο γιός μας. Και το έκανα αυτό αμέσως. Απόλαυσα ένα καλό γεύμα και μετά είχα ένα ξεκούραστο νυκτερινό ύπνο.

Την επόμενη μέρα, έκανα άνετα κάποιες εργασίες του σπιτιού. Και τη μεθεπομένη, επισκέφθηκα για να φροντίσω με την ιδιότητά μου ως νοσοκόμα της Χριστιανικής Επιστήμης ένα άλλο άτομο, που χρειαζόταν βοήθεια. Και λίγο αργότερα, μετά από την πλήρη θεραπεία μου, φρόντισα ένα μέλος της οικογενείας μας, που χρειάστηκε βοήθεια για μια παρατεταμένη χρονική περίοδο. Μπόρεσα να προσφέρω αυτή τη βοήθεια, χωρίς κανένα σύμπτωμα αδυναμίας ή υπερκόπωσης, ενώ, παράλληλα, συνέχιζα να εκτελώ τα υπόλοιπα καθήκοντά μου.

Η θεραπεία ήταν μόνιμη. Αλλά εκείνο για το οποίο είμαι περισσότερο ευγνώμων και από τη θεραπεία, είναι η αποκάλυψη και υπερνίκηση – με τη βοήθεια της πρακτίσιονερ – τόσων πολλών αντιξοοτήτων, όπως για παράδειγμα, ότι εγώ ήμουν «η εκτελούσα το έργον».

Αντιθέτως, γνωρίζω ότι είμαι η φυσική αντανάκλαση του Θεού, και ως εκ τούτου, δεν κουβαλάω ποτέ βάρη ή φορτία. Όταν ρωτά ο ψαλμωδός, «Δεν σε ελευθέρωσε Θεός;» (Ψαλμός 107:2), μπορώ με ειλικρίνεια και ευγνωμοσύνη να απαντήσω: «Βεβαίως» και «Ευχαριστώ».

*Jenny Porter, Poole, Dorset, England*