

**Η ΔΥΝΑΜΗ  
ΤΗΣ ΣΚΕΨΗΣ**

Ο έλεγχος και η ανάπτυξή της

150  
№ 5 η

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η αξία της γνώσης δοκιμάζεται από τη δύναμή της να εξαγνίζει και να εξευγενίζει τη ζωή, και όλοι οι ειλικρινείς σπουδαστές επιθυμούν να εφορμόσουν τη θεωρητική γνώση που απόκτησαν με τη μελέτη της Θεοσοφίας στην εξέλιξη του δικού τους χαρακτήρα και στη βοήθεια των συνανθρώπων τους. Για τέτοιους ακριβώς σπουδαστές γράφηκε αυτό το βιβλίο, με την ελπίδα ότι μια καλύτερη κατανόηση της δικής τους νοητικής φύσης μπορεί να οδηγήσει σε μια σκόπιμη καλλιέργεια εκείνου που είναι καλό σ' αυτήν και στην αποβολή εκείνου που είναι κακό. Το αίσθημα που παρακινεί σε μια σωστή ζωή πηγαιίνει ίσχεδόν χαμένο, αν το καθαρό φως της διάνοιας δε φωτίζει την απραψία της συμπεριφοράς. Γιατί όπως ο τυφλός άνθρωπος χωρίς να το ξέρει ξεφεύγει απ' το δρόμο μέχρις ότου πέφτει στο χαντάκι, έτσι και το Εγώ, τυφλωμένο από την άγνοια, βγαίνει από το δρόμο της σωστής ζωής μέχρις ότου πέφτει στην άβυσσο της κακής πράξης. Πραγματικά η Αβίντια —η έλλειψη της γνώσης— είναι το πρώτο βήμα από την ενότητα στη χωριστικότητα, και μόνο όσο αυτή μικραίνει η χωριστικότητα μειώνεται, μέχρις ότου η εξαφάνισή της αποκαταστήσει την Αιώνια Γαλήνη.

## Ο ΕΑΥΤΟΣ ΣΑΝ ΓΝΩΣΤΗΣ

Στη μελέτη της φύσης του ανθρώπου, ξεχωρίζουμε τον Άνθρωπο από τα οχήματα που χρησιμοποιεί, το

ζώντα Εαυπό από τα ενδύματα με τὰ οποία είναι ντυ-  
 μένος. Ο Εαυτός είναι ένας, αλλά οι μορφές της εκ-  
 δήλωσής του είναι ποικίλες όταν εργάζεται μέσα και  
 μέσω των διαφόρων ειδών ύλης. Φυσικά είναι α-  
 λήθεια ότι δεν υπάρχει παρά μόνο Ένας Εαυτός με  
 το πλήρες νόημα της λέξης. Είναι αλήθεια ότι όπως  
 οι ακτίνες ξεπετάγονται απ' τον ήλιο, έτσι και οι Εαυ-  
 τοί που είναι οι αληθινοί Άνθρωποι, δεν είναι παρά  
 ακτίνες του Υπέρτατου Εαυτού και ότι κάθε Εαυτός  
 μπορεί να ψιθυρίσει: «Είμαι Εκείνος». Αλλά για το  
 τωρινό σκοπό μας, παίρνοντας μια μόνο ακτίνα, μπο-  
 ρούμε να βεβαιώσουμε στο χωρισμό της την έμφυτη  
 ενότητά της, έστω και αν κρύβεται από τη μορφή της.  
 Η συνείδηση είναι μια μονάδα και οι διαιρέσεις που  
 κάνουμε σ' αυτή γίνονται είτε για σκοπούς μελέτης,  
 ή είναι πλάνες που οφείλονται στον περιορισμό της  
 αντιληπτικής μας δύναμης από τα όργανα μέσω των  
 οποίων εργάζεται στους κατώτερους κόσμους. Το γε-  
 γονός ότι οι όψεις του Εαυτού προχωρούν ξεχωριστά  
 από τις τρεις όψεις του, της γνώσης, της θέλησης και  
 της ενέργειας — από τις οποίες προκύπτουν ξεχωρι-  
 στά σκέψεις, επιθυμίες και πράξεις— δεν πρέπει να  
 μας κάνει να μη βλέπουμε το άλλο γεγονός, ότι δη-  
 λαδή δεν υπάρχει διαίρεση της ουσίας: ολόκληρος ο  
 Εαυτός γνωρίζει, ολόκληρος ο Εαυτός θέλει, ολόκλη-  
 ρος ο Εαυτός δρά. Ούτε υπάρχουν λειτουργίες ολό-  
 τελα ξεχωριστές. Όταν γνωρίζει, αυτός επίσης δρα  
 και θέλει' όταν δρα, αυτός επίσης γνωρίζει και θέλει'  
 όταν θέλει, αυτός επίσης δρα και γνωρίζει. Μια λει-  
 τουργία κυριαρχεί και μερικές φορές σε τέτοιο βαθμό,  
 ώστε να καλύπτει πλήρως τις άλλες' αλλά ακόμα και  
 στην πιο έντονη συγκέντρωση της γνώσης —την πιο  
 ξεχωριστή από τις τρεις— υπάρχει πάντα παρούσα μια  
 κρυμμένη ενέργεια και μια κρυμμένη θέληση, η πα-

ρουσία των οποίων μπορεί να διακριθεί με προσεκτι-  
 κή ανάλυση.

Ονομάσαμε αυτά τα τρία «οι τρεις όψεις του Εαυτού»,  
 και μια κάποια μεγαλύτερη εξήγηση ίσως βοηθήσει πε-  
 ρισσότερο στην κατανόηση. Όταν ο Εαυτός είναι ή-  
 ρεμος, ικανός να παίρνει τη μορφή οποιουδήποτε αν-  
 τικειμένου παρουσιάζεται, τότε εμφανίζεται η όψη της  
 Γνώσης. Όταν ο Εαυτός είναι συγκεντρωμένος, σκο-  
 πεύοντας σε μια αλλαγή κατάστασης, τότε εμφανίζε-  
 ται η όψη της Θέλησης. Όταν ο Εαυτός, στην πα-  
 ρουσία κάποιου αντικειμένου, χρησιμοποιεί ενέργεια  
 για να έρθει σε επαφή μ' αυτό το αντικείμενο, τότε  
 εκδηλώνει την όψη της Δράσης. Έτσι γίνεται φανε-  
 ρό ότι αυτά τα τρία δεν είναι χωριστές διαιρέσεις του  
 Εαυτού, ούτε είναι τρία πράγματα ενωμένα ή αναμειγ-  
 μένα σε ένα, αλλά ότι είναι ένα αδιαίρετο όλο που εκ-  
 δηλώνεται με τρεις τρόπους.

Δεν είναι εύκολο να ξεκαθαρίσουμε περισσότερο τη  
 θεμελιώδη ιδέα του Εαυτού από το ίδιο το νόημα της  
 λέξης. Ο Εαυτός είναι εκείνο το συνειδητό, αισθανό-  
 μενο, πάντα υπάρχον Ένα, που στον καθένα από μας  
 γνωρίζει ότι υπάρχει. Κανένας άνθρωπος δεν μπορεί  
 ποτέ να σκεφτεί τον εαυτό του σαν ανύπαρκτο, ή να  
 εκφραστεί στον εαυτό του μέσα στη συνείδηση του  
 σαν «δεν υπάρχω». Όπως το εκφράζει ο Μπάγκαβαν  
 Ντάς: «Ο Εαυτός είναι η αναγκαία πρώτη βάση της  
 ζωής... Σύμφωνα με τα λόγια του Βατσασπάτι - Μί-  
 ρα, στο Σχολίο του ( Μ π α μ ά τ ι ) πάνω στο Σ α  
 ρ ι ρ ά κ α - Μ π α σ ί α του Σανκαρατσάρια: 'Κα-  
 νένας δεν αναριωτιέται 'Υπάρχω;' ή 'Δεν υπάρ-  
 χω;»<sup>1</sup> Η Αυτο - επιβεβαίωση «υπάρχω» έρχεται πριν  
 από οτιδήποτε άλλο και στέκει πάνω και πέρα από κά-

1. Η Επιστήμη των Αισθημάτων, σ. 20.

θε αμφισβήτηση. Καμιά απόδειξη δεν μπορεί να την κάνει ισχυρότερη· καμιά αναίρεση δεν μπορεί να την αδυνατίσει. Και τα δυό, απόδειξη και αναίρεση βασίζονται πάνω στο «υπάρχω», το μη αναλύσιμο Αίσθημα της απλής Ύπαρξης, για το οποίο τίποτα δεν μπορεί να βεβαιωθεί εκτός από αύξηση και μείωση. «Υπάρχω περισσότερο» είναι η έκφραση της Ευχαρίστησης, «υπάρχω λιγότερο» είναι η έκφραση του Πόνου.

Όταν παρατηρούμε αυτό το «υπάρχω», βλέπουμε ότι εκφράζεται με τρεις διαφορετικούς τρόπους: (α) η εσωτερική αντανάκλαση ενός Μη - Εαυτού, ΓΝΩΣΗ, η ρίζα των σκέψεων· (β) η εσωτερική συγκέντρωση, ΘΕΛΗΣΗ, η ρίζα των επιθυμιών· (γ) η προβολή προς τα έξω, ΕΝΕΡΓΕΙΑ, η ρίζα των πράξεων. «Γνωρίζω» ή «σκέφτομαι», «θέλω» ή «επιθυμώ», «ενεργοποιώ» ή «δρώ». Αυτές είναι οι τρεις επιβεβαιώσεις του αδιαίρετου Εαυτού, του «υπάρχω». Όλες οι εκδηλώσεις μπορούν να ταξινομηθούν κάτω από τη μια ή την άλλη απ' αυτές τις τρεις επικεφαλίδες. Ο Εαυτός εκδηλώνεται στους κόσμους μας μόνο μ' αυτούς τους τρεις τρόπους· όπως όλα τα χρώματα προέρχονται από τα τρία βασικά χρώματα, έτσι και οι αναρίθμητες εκδηλώσεις του Εαυτού προέρχονται από τη Θέληση, την Ενέργεια, τη Γνώση.

Ο Εαυτός σαν ο Θέλων, ο Εαυτός σαν ο Ενεργοποιών, ο Εαυτός σαν ο Γνωρίζων· αυτός είναι το ένα στην Αιωνιότητα και επίσης η ρίζα της ατομικότητας στο Χρόνο και το Χώρο. Αυτό που πρόκειται να μελετήσουμε είναι ο Εαυτός με την όψη της Σκέψης, ο Εαυτός σαν Γνώστης.

#### Ο ΜΗ - ΕΑΥΤΟΣ ΣΑΝ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΓΝΩΣΗΣ

Ο Εαυτός που η «φύση του είναι γνώση» βρίσκεται καθρεφτισμένο μέσα του έναν τεράστιο αριθμό μορ-

φών και μαθαίνει με την εμπειρία ότι δεν μπορεί να γνωρίζει, να δρα και να θέλει μέσα σ' αυτές και μέσα απ' αυτές. Ανακαλύπτει ότι αυτές οι μορφές δεν υπακούουν στον έλεγχο του όπως η μορφή της οποίας απέκτησε αρχικά συνείδηση, και την οποία αυτός (λαθμένα και όμως αναγκαστικά) μαθαίνει να ταυτίζει με τον εαυτό του. Αυτός γνωρίζει και εκείνες δε σκέπτονται· αυτός θέλει και εκείνες δεν εμφανίζουν επιθυμία· αυτός ενεργοποιεί και σε κείνες δεν υπάρχει ανταποκριτική κίνηση. Δεν μπορεί να πει μ έ σ α τ ο υ ς, «γνωρίζω», «δρώ», «θέλω»· και τελικά τις αναγνωρίζει σαν άλλους εαυτούς, με ορυκτική, φυτική, ζωική, ανθρώπινη και υπερανθρώπινη μορφή και γενικεύει όλα αυτά κάτω από τον κατανοητό τίτλο Μη - Εαυτός, δηλαδή εκείνος στον οποίο αυτός, σαν ένας ξεχωριστός Εαυτός, δεν υπάρχει, στον οποίο αυτός δε γνωρίζει, δε δρα και δε θέλει. Έτσι για πολύ καιρό στην ερώτηση:

«Τι είναι ο Μη - Εαυτός;»

απαντάει με τη φράση

«Όλα εκείνα στα οποία εγώ δε γνωρίζω, δε θέλω και δε δρώ».

Και πραγματικά αν και με διαδοχικές αναλύσεις θα ανακαλύψει ότι οι φορείς του, ο ένας μετά τον άλλο —εκτός από κείνη τη λεπτότατη μεμβράνη που τον κάνει έ ν α Εαυτό— είναι μέρη του Μη - Εαυτού, είναι αντικείμενα γνώσης και όχι ο Γνώστης, εντούτοις για όλους τους πρακτικούς σκοπούς η απάντησή του αυτή είναι σωστή. Στην πραγματικότητα ποτέ δεν μπορεί να γνωρίσει, σαν κάτι ξέχωρο από τον εαυτό του, αυτή τη λεπτότατη μεμβράνη που τον κάνει έναν ξεχωριστό Εαυτό, γιατί η παρουσία της είναι απαραίτητη γι' αυτό το χωρισμό, και το να τη γνωρίσει σαν τον Μη-Εαυτό θα σήμαινε να συγχωνευτεί με το Όλο.

Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΓΝΩΣΗΣ

Προκειμένου ο Εαυτός να γίνει ο Γνώστης και ο Μη - Εαυτός το Αντικείμενο της Γνώσης πρέπει να εγκαθιδρυθεί ανάμεσά τους μια καθορισμένη σχέση. Ο Μη — Εαυτός πρέπει να επηρεάσει τον Εαυτό και ο Εαυτός με τη σειρά του να επηρεάσει το Μη - Εαυτό. Πρέπει να υπάρξει μια ανταλλαγή ανάμεσά τους. Γνώση είναι μια σχέση ανάμεσα στον Εαυτό και το Μη - Εαυτό και η φύση αυτής της σχέσης πρέπει να είναι η επόμενη διαίρεση του θέματός μας, αλλά είναι καλό πρώτα να συλλάβουμε καθαρά το γεγονός ότι η γνώση είναι **μ ι α ι σ χ έ σ η**. Προϋποθέτει δυαδικότητα, τη συνείδηση ενός Εαυτού και την αναγνώριση ενός Μη - Εαυτού — και η παρουσία αυτών των δυό, του ενός απέναντι απ' τον άλλο είναι απαραίτητη για τη γνώση.

Ο Γ ν ώ σ τ η ς, τ ο Α ν τ ι κ ε ί μ ε ν ο τ η ς Γ ν ώ σ η ς, η Γ ν ώ σ η — αυτά είναι τα τρία σε ένα που πρέπει να κατανοηθούν, αν πρόκειται η δύναμη της σκέψης να στραφεί προς το σωστό σκοπό της, δηλαδή στη βοήθεια του κόσμου. Σύμφωνα με τη δυτική ορολογία, ο Νους είναι το Υποκείμενο που γνωρίζει· το Αντικείμενο είναι εκείνο που γίνεται γνωστό· η Σχέση ανάμεσά τους είναι η γνώση. Πρέπει να κατανοήσουμε τη φύση του Γνώστη, τη φύση του αντικειμένου της Γνώσης και τη φύση της σχέσης που εγκαθιδρύεται ανάμεσά τους και πώς προκαλείται αυτή η σχέση. Αν αυτά τα πράγματα κατανοηθούν, θα έχουμε κάνει ένα βήμα προς εκείνη την Αυτογνωσία που είναι σοφία. Τότε πράγματι θα είμαστε ικανοί να βοηθήσουμε τον κόσμο γύρω μας, γινόμενοι βοηθοί και σωτήρες του. Γιατί αυτός είναι ο πραγματικός σκοπός της σοφίας, δηλαδή πυροδοτούμενη από την α-

γάπη μπορεί να ανυψώσει τον κόσμο από την αθλιότητα στη γνώση, όπου κάθε πόνος παύει για πάντα. Αυτό είναι το αντικείμενο της μελέτης μας, γιατί πραγματικά στα βιβλία εκείνου του έθνους που προηγείται της πρώτης αλλά και της πιο βαθιάς και πιο λεπτής ψυχολογίας, αναφέρεται ότι ο αντικειμενικός σκοπός της φιλοσοφίας είναι να θέσει τέρμα στον πόνο. Γι' αυτό το λόγο ο Γνώστης σκέφτεται· γιατί αναζητείται συνεχώς η γνώση. Το σταμάτημα του πόνου είναι ο τελικός σκοπός της φιλοσοφίας και δεν είναι πραγματική σοφία εκείνη που δεν οδηγεί στην α-νεύρεση της ΓΑΛΗΝΗΣ.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ Ι

### Η ΦΥΣΗ ΤΗΣ ΣΚΕΨΗΣ

Η φύση της σκέψης μπορεί να μελετηθεί από δύο πλευρές: από την πλευρά της συνείδησης, που είναι γνώση ή από την πλευρά της μορφής με την οποία αποκτάται η γνώση, της οποίας η επιρρέπεια σε τροποποιήσεις κάνει δυνατή την απόκτηση της γνώσης. Η δυνατότητα αυτή οδήγησε σε δύο άκρα στη φιλοσοφία, που και τα δύο πρέπει να τα αποφύγουμε γιατί το καθένα αγνοεί μια πλευρά της εκδηλωμένης ζωής. Το ένα θεωρεί το καθετί σαν συνείδηση, αγνοώντας την ουσιαστικότητα της μορφής σαν αυτό που εξαρτά τη συνείδηση, αυτό που την κάνει δυνατή. Το άλλο θεωρεί τα πάντα σαν μορφή, αγνοώντας το γεγονός ότι η μορφή μπορεί να υπάρξει μόνο με τη δύναμη της ζωής που την εμψυχώνει. Η μορφή και η ζωή, η ύλη και το πνεύμα, ο φορέας και η συνείδηση, είναι αξεχώριστα στην εκδήλωση και είναι οι αδιαχώριστες όψεις ΕΚΕΙΝΟΥ στο οποίο ενυπάρχουν και τα δυό, ΕΚΕΙΝΟΥ που δεν είναι ούτε συνείδηση ούτε ο φορέας της, αλλά η ΡΙΖΑ και των δυό. Μια φιλοσοφία που προσπαθεί να εξηγήσει τα πάντα με τις μορφές θα συναντήσει προβλήματα που είναι ολότελα ανίκανη να τα λύσει. Μια φιλοσοφία που προσπαθεί να εξηγήσει τα πάντα με τη ζωή, αγνοώντας τις μορφές, θα βρεθεί μπροστά σε κλειστούς τοίχους που δεν μπορεί να υπερπηδήσει. Η τελική λέξη πάνω σ' αυτό είναι ότι η συνείδηση και οι φορείς της, η ζωή και η μορφή, το

πνεύμα και η ύλη, είναι δυό προσωρινές εκφράσεις των δυό όψεων της μιας απεριόριστης Ύπαρξης, που δε γίνεται γνωστή παρά όταν εκδηλώνεται σαν Ριζικό - Πνεύμα — (που από τους Ινδουιστές ονομάζεται Πρατιαγκάτμαν) το αφηρημένο Όν, ο αφηρημένος Λόγος— απ' όπου προέρχονται όλοι οι ατομικοί εαυτοί και σαν Ριζική - Ύλη (Μουλαπρακρίτι) απ' όπου προέρχονται όλες οι μορφές. Κάθε φορά που λαβαίνει χώρα μια εκδήλωση από το Ριζικό - Πνεύμα δίνει γένεση σε μια τριπλή συνείδηση και αυτή η Ριζική - Ύλη σε μια τριπλή ύλη· κάτω απ' αυτά είναι η Μια Πραγματικότητα, που παραμένει πάντα άγνωστη για την εξαρτημένη συνείδηση. Το λουλούδι δε βλέπει τη ρίζα απ' όπου φυτρώνει, αν και όλη η ζωή του προέρχεται απ' αυτή και δίχως αυτή δεν μπορεί να υπάρξει.

Ο Εαυτός σαν Γνώστης έχει σαν χαρακτηριστική λειτουργία του το καθρέφτισμα του Μη - Εαυτού μέσα του. Όπως μια ευαίσθητη φωτογραφική πλάκα δέχεται τις ακτίνες του φωτός που αντανακλώνται από τα αντικείμενα, και οι ακτίνες αυτές προκαλούν τροποποιήσεις πάνω στο υλικό στο οποίο πέφτουν έτσι ώστε να μπορούν να αποκτηθούν οι εικόνες των αντικειμένων, ακριβώς το ίδιο συμβαίνει και με τον Εαυτό ως προς την όψη της γνώσης προς καθετί εξωτερικό. Ο φορέας του είναι μια σφαίρα πάνω στην οποία ο Εαυτός δέχεται από το Μη - Εαυτό τις αντανακλώμενες ακτίνες του Ενός Εαυτού, που αναγκάζουν να εμφανιστούν πάνω στην επιφάνεια αυτής της σφαίρας εικόνες που είναι αντανακλάσεις εκείνων που δεν είναι αυτός ο ίδιος. Ο Γνώστης, στα πρώτα στάδια της συνείδησής του, δε γνωρίζει τα ίδια τα πράγματα. Γνωρίζει μόνο τις εικόνες που παράγονται στο φορέα του από τη δράση του Μη - Ε-

αυτού πάνω στο ανταποκριτικό του περίβλημα, τις φωτογραφίες του έξωτερικού κόσμου. Γιαυτό ο νους, ο φορέας του Εαυτού σαν Γνώστη, έχει παρομοιαστεί με έναν καθρέφτη στον οποίο φαίνονται οι εικόνες όλων των αντικειμένων που τοποθετούνται μπροστά του. Δε γνωρίζουμε τα ίδια τα πράγματα, αλλά μόνο το αποτέλεσμα που παράγεται απ' αυτά στη συνείδησή μας. Αυτό που βρίσκουμε στο νου δεν είναι τα αντικείμενα, αλλά οι εικόνες των αντικειμένων. Όπως ο καθρέφτης φαίνεται να έχει μέσα του τα αντικείμενα, αλλά εκείνα τα φανερά αντικείμενα είναι μόνο εικόνες, πλάνες που δημιουργούνται από τις ακτίνες του φωτός που αντανακλώνται από τα αντικείμενα και όχι τα ίδια τα αντικείμενα, έτσι και ο νους στη γνώση του έξωτερικού σύμπαντος γνωρίζει μόνο τις απατηλές εικόνες και όχι τα ίδια τα πράγματα.

Οι εικόνες αυτές, που δημιουργούνται στο φορέα, γίνονται αντιληπτές από το Γνώστη σαν αντικείμενα και αυτή η αντίληψη συνίσταται στην αναπαραγωγή τους μέσα του. Τώρα φαίνεται ότι η παρομοίωση του καθρέφτη και η χρησιμοποίηση της λέξης «αντανάκλαση» στην προηγούμενη παράγραφο είναι λίγο παραπλανητικά, γιατί η νοητική εικόνα είναι μια αναπαραγωγή και όχι μια αντανακλάση του αντικειμένου που την προκαλεί. Η ύλη του νου παίρνει στην πραγματικότητα το σχήμα της μορφής του ανεικειμένου που του παρουσιάζεται και αυτή η μορφή με τη σειρά της αναπαράγεται από το Γνώστη. Έτσι όταν τροποποιεί τον εαυτό του σύμφωνα με τη μορφή ενός εξωτερικού αντικειμένου, λέγεται ότι γ ν ω ρ ί ζ ε ι «εκείνο το αντικείμενο» αλλά στην περίπτωση που εξετάζουμε, αυτό που γνωρίζει είναι μόνο η εικόνα που παράγεται στο

φορέα του από το αντικείμενο και όχι το ίδιο το αντικείμενο. Και η εικόνα αυτή δεν είναι μια τέλεια αναπαραγωγή του αντικειμένου, για ένα λόγο που θα εξετάσουμε στο επόμενο κεφάλαιο.

Αλλά μπορεί να αναρωτηθεί κανείς « Έτσι θα είναι πάντα; Ποτέ δε θα γνωρίσουμε τα ίδια τα πράγματα; » Αυτό μας φέρνει στη θεμελιώδη διάκριση ανάμεσα στη συνείδηση και την ύλη στην οποία εργάζεται η συνείδηση, και μ' αυτό τον τρόπο μπορούμε να βρούμε μια απάντηση σ' αυτό το φυσικό ερώτημα του ανθρώπινου νου. Όταν η συνείδηση μέσα από μια μακρόχρονη εξέλιξη έχει αναπτύξει τη δύναμη να αναπαράγει μέσα της όλα όσα υπάρχουν έξω απ' αυτή, τότε το περίβλημα της ύλης μέσα στο οποίο εργαζόταν μέχρι τότε πέφτει και η συνείδηση που είναι γνώση ταυτίζει τον Εαυτό της με όλους τους Εαυτούς ανάμεσα στους οποίους εξελισσόταν και στο Μη - Εαυτό βλέπει μόνο την ύλη που συνδέεται παρόμοια με όλους τους Εαυτούς ξεχωριστά. Αυτή είναι η « Ημέρα έσω μεθ' ημών », η ένωση που είναι ο θρίαμβος της εξέλιξης, όταν η συνείδηση γνωρίζει τον εαυτό της και τους άλλους και γνωρίζει τους άλλους σαν τον εαυτό της. Με την ταυτότητα της φύσης πετυχαίνεται η τέλεια γνώση και ο Εαυτός αντιλαμβάνεται εκείνη τη θαυμάσια κατάσταση όπου η ταυτότητα δε χάνεται και η μνήμη δεν εξαφανίζεται, αλλά όπου η χωριστικότητα φτάνει σε ένα τέλος και ο γνώστης, το αντικείμενο της γνώσης και η γνώση είναι ένα.

Αυτή η θαυμαστή φύση που Εαυτού είναι αυτή που εξελίσσεται μέσα μας μέσω της γνώσης την παρούσα στιγμή, που πρέπει να μελετήσουμε, προκειμένου να κατανοήσουμε τη φύση της σκέψης, και είναι απαραίτητο να δούμε καθαρά την απατηλή πλευ-

ρά, προκειμένου να μπορέσουμε να χρησιμοποιήσουμε την πλάνη για να την ξεπεράσουμε. Έτσι ας μελετήσουμε τώρα πώς εγκαθιδρύεται η Γνώση — η σχέση ανάμεσα στο Γνώστη και στο Αντικείμενο Γνώσης — και αυτό θα μας οδηγήσει να δούμε πιο καθαρά μέσα στη φύση της σκέψης.

### Η ΑΛΥΣΣΙΔΑ ΤΟΥ ΓΝΩΣΤΗ, ΤΗΣ ΓΝΩΣΗΣ, ΚΑΙ ΤΟΥ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟΥ ΓΝΩΣΗΣ

Υπάρχει μια λέξη, η λέξη κραδασμός, που γίνεται όλο και περισσότερο η λέξη - κλειδί της δυτικής επιστήμης, ενώ για την επιστήμη της Ανατολής ήταν από καιρό. Η κίνηση είναι η ρίζα των πάντων. Η ζωή είναι κίνηση η συνείδηση είναι κίνηση. Και η κίνηση που επηρεάζει την ύλη είναι ο κραδασμός. Το Ένα, το Όλο, το θεωρούμε σαν Αμετάβλητο, είτε σαν Απόλυτη Κίνηση είτε σαν Ακίνησία, γιατί στο Ένα σχετική κίνηση δεν μπορεί να υπάρξει. Μόνο όταν υπάρχει διαφοροποίηση, ή μέρη, μπορούμε να σκεφτούμε αυτό που ονομάζουμε κίνηση, και το οποίο είναι αλλαγή τόπου σε διαδοχή χρόνου. Όταν το Ένα γίνεται τα Πολλά, τότε προβάλλει η κίνηση. Όταν είναι ρυθμική, κανονική, είναι υγεία, συνείδηση, ζωή όταν είναι χωρίς ρυθμό, ακανόνιστη είναι ασθένεια, έλλειψη συνείδησης, θάνατος. Γιατί ζωή και θάνατος είναι δίδυμα αδέρφια, που γεννήθηκαν παρόμοια από την κίνηση, που είναι εκδήλωση.

Η κίνηση πρέπει να εμφανιστεί όταν το Ένα γίνεται τα Πολλά γιατί, όταν το πανταχού παρόν εμφανίζεται σαν χωριστά μέρη, η άπειρη κίνηση πρέπει να αντιπροσωπεύει την πανταχού παρουσία ή, αν το εκφράσουμε διαφορετικά, πρέπει να είναι η αντανάκλαση ή η εικόνα της στην ύλη. Η ουσία της ύλης



είναι χωριστικότητα, όπως η ουσία του πνεύματος είναι ενότητα, και όταν αυτή η δυάδα εμφανίζεται στο Ένα, όπως η κρέμα μέσα στο γάλα, τότε η αντανάκλαση της πανταχού παρουσίας εκείνου του Ενός στην πολλαπλότητα της Ύλης είναι ασταμάτητη και άπειρη κίνηση. Η απόλυτη κίνηση — η παρουσία κάθε κινούμενης μονάδας σε κάθε σημείο του χώρου σε κάθε χρονική στιγμή — είναι ταυτόσημη με την ανάπαυση, όντας ανάπαυση την οποία απλώς κοιτάζουμε με έναν άλλο τρόπο, από τη σκοπιά της ύλης αντί από τη σκοπιά του πνεύματος. Από τη σκοπιά του πνεύματος υπάρχει πάντα Ένα, από τη σκοπιά της ύλης υπάρχουν πάντα Πολλά.

Η άπειρη κίνηση εμφανίζεται σαν ρυθμικές κινήσεις, σαν κραδασμοί, στην ύλη που την εκδηλώνει ενώ κάθε Τζίβα, ή χωριστή μονάδα συνείδησης, είναι απομονωμένος από ένα περιβάλλον τοίχωμα ύλης, από όλους τους άλλους Τζίβα.<sup>1</sup> Ακόμα κάθε Τζίβα ενσωματώνεται, ή ντύνεται με αρκετά ενδύματα ύλης. Καθώς αυτά τα ενδύματα της ύλης κραδαίνονται μεταδίδουν τους κραδασμούς τους στην ύλη που τα περιβάλλει και αυτή η ύλη γίνεται το μέσον με το οποίο οι κραδασμοί μεταφέρονται προς τα έξω. Και αυτό το μέσον, με τη σειρά του, μεταβιβάζει την ώθηση του κραδασμού στα περιβάλλοντα ενδύματα ενός άλλου Τζίβα και έτσι κάνει αυτό τον Τζίβα να κραδαίνεται όπως ο πρώτος. Με αυτή τη σειρά των κραδασμών — που αρχίζουν σε έναν Τζίβα, δημιουργούν-

1. Δεν υπάρχει κατάλληλη αγγλική λέξη για να εκφράσουμε το «μια χωριστή μονάδα συνείδησης» - «πνεύμα» και «φυχή» σημαίνουν διάφορα ιδιαίτερα νοήματα σε διαφορετικές σχολές σκέψης. Γιαυτό αποφάσισα να χρησιμοποιήσω τον όρο Τζίβα αντί για την άχαρη φράση «μια χωριστή μονάδα συνείδησης».

ται στο σώμα που τον περιβάλλει, στέλλονται από το σώμα στο μεταβιβαστικό υλικό γύρω του, μεταβιβάζονται απ' αυτό σε ένα άλλο σώμα και από το δεύτερο σώμα στον Τζίβα που περιβάλλεται απ' αυτό — έχουμε την αλυσίδα των κραδασμών με την οποία ο ένας γνωρίζει τον άλλο. Ο δεύτερος γνωρίζει τον πρώτο γιατί αναπαράγει τον πρώτο μέσα του, και έτσι δοκιμάζει αυτό που δοκιμάζει εκείνος. Και όμως με μια διαφορά. Γιατί ο δεύτερος Τζίβα βρίσκεται ήδη σε μια κραδασμική κατάσταση και η κατάσταση της κίνησής του όταν δεχτεί την ώθηση από τον πρώτο δεν είναι μια απλή επανάληψη αυτής της ώθησης, αλλά ένας συνδυασμός της δικής του αρχικής κίνησης και κείνης που επιβλήθηκε πάνω του από τα έξω, και επομένως δεν είναι μια τέλεια αναπαραγωγή. Πετυχαίνονται ομοιότητες όλο και πιο κοντινές, αλλά η ταυτότητα πάντα μας ξεφεύγει, όσο καιρό τα ενδύματα παραμένουν.

Αυτή η διαδοχή των κραδασμικών δράσεων παρατηρείται συχνά στη φύση. Μια φλόγα είναι ένα κέντρο κραδασμικής δραστηριότητας στον αιθέρα, ονομαζόμενο από μας θερμότητα· οι κραδασμοί αυτοί ή κύματα - θερμότητας δημιουργούν στον περιβάλλοντα αιθέρα κύματα παρόμοια με τα δικά τους και αυτά κάνουν τον αιθέρα σε ένα κομάτι σίδηρο που βρίσκεται κοντά να κινείται με παρόμοια κύματα και τα μόρια του κραδαίνονται κάτω από αυτές τις ωθήσεις και έτσι ο σίδηρος ζεσταίνεται και γίνεται με τη σειρά του μια πηγή θερμότητας. Έτσι και μια σειρά κραδασμών περνάει από τον έναν Τζίβα στον άλλο, και όλα τα όντα αλληλοσυνδέονται μέσω αυτού του πλέγματος της συνείδησης.

Ακόμα στην υλική φύση σημειώνουμε τις διάφορες συχνότητες κραδασμών με διαφορετικά ονόματα,

και ονομάζουμε τη μια φως, την άλλη θερμότητα, την άλλη ηλεκτρισμό, την άλλη ήχο κ.τ.λ.: και όμως όλες είναι της ίδιας φύσης, όλες είναι τρόποι κίνησης στον αιθέρα,<sup>1</sup> αν και διαφέρουν ως προς την ταχύτητα και το χαρακτήρα των κυμάτων. Οι Σκέψεις, οι Επιθυμίες και οι Δράσεις, οι ενεργές εκδηλώσεις στην ύλη της Γνώσης, της Θέλησης και της Ενέργειας, έχουν όλες την ίδια φύση, δηλαδή αποτελούνται από κραδασμούς, αλλά διαφέρουν στα φαινόμενά τους εξαιτίας του διαφορετικού χαρακτήρα των κραδασμών σε ένα συγκεκριμένο είδος ύλης και με έναν ορισμένο χαρακτήρα, και αυτούς τους ονομάζουμε κραδασμούς σκέψης. Μια άλλη σειρά την αναφέρουμε σαν κραδασμούς επιθυμίας, μια άλλη σειρά σαν κραδασμούς δράσης. Τα ονόματα αυτά περιγράφουν ορισμένα γεγονότα στη φύση. Υπάρχει ένα ορισμένο είδος αιθέρα που μπαίνει σε κραδασμό και οι κραδασμοί του επηρεάζουν το μάτι μας: ονομάζουμε την κίνηση αυτή φως. Υπάρχει ένας άλλος ακόμα πιο λεπτός αιθέρας που αρχίζει να κραδαίνεται και οι κραδασμοί του γίνονται αντιληπτοί, δηλαδή ανταποκρίνεται σ' αυτούς, από το νου, και ονομάζουμε αυτή την κίνηση σκέψη. Περιβαλλόμαστε από ύλη διαφορετικής πυκνότητας και ονομάζουμε τις κινήσεις μέσα σ' αυτήν καθώς μας επηρεάζουν και δημιουργούν ανταπόκριση στα διάφορα όργανα του χονδροειδούς ή των λεπτών σωμάτων μας. Ονομάζουμε «φως» ορισμένες κινήσεις που επηρεάζουν το μάτι, ονομάζουμε «σκέψη» ορισμένες κινήσεις που επηρεάζουν ένα άλλο όργανο, το νου. Η «όραση» συμβαίνει όταν ο φωτο-αιθέρας σχηματίζει κύματα από ένα αντικεί-

1. Και ο ήχος επίσης είναι πρωταρχικά ένας αιθερικός κραδασμός.

μενο μέχρι το μάτι μας: η «σκέψη» συμβαίνει όταν ο σκεπτο-αιθέρας σχηματίζει κύματα ανάμεσα σε ένα αντικείμενο και στο νου μας. Το ένα δεν είναι περισσότερο — ούτε λιγότερο — μυστηριώδες από το άλλο.

Ασχολούμενοι με το νου θα δούμε ότι οι τροποποιήσεις στη διεύθυνση των υλικών του προκαλούνται από την ώθηση των κυμάτων - σκέψης και ότι στη συγκεκριμένη σκέψη δοκιμάζουμε ξανά και ξανά τις αρχικές ωθήσεις από τα έξω. Ο Γνώστης βρίσκει τη δραστηριότητά του σ' αυτούς τους κραδασμούς, και όλα στα οποία μπορούν να απαντήσουν, δηλαδή όλα τα οποία μπορούν να αναπαράγουν, είναι Γνώση. Η σκέψη είναι μια αναπαραγωγή μέσα στο νου του Γνώστη εκείνου το οποίο δεν είναι Γνώστης, δεν είναι ο Εαυτός. Είναι μια παράσταση που προκλήθηκε από ένα συνδυασμό κυματικών κινήσεων, στην κυριολεξία μια εικόνα. Ένα μέρος του Μη - Εαυτού κραδαίνεται και καθώς ο Γνώστης κραδαίνεται σε ανταπόκριση, αυτό το μέρος γίνεται το αντικείμενο της γνώσης, γίνεται γνωστό. Η ύλη, που πάλλεται ανάμεσά τους, κάνει δυνατή τη γνώση φέροντας σε επαφή τον ένα με το άλλο. Έτσι η αλυσίδα του Γνώστη, του Αντικειμένου της Γνώσης και της Γνώσης εγκαθιδρύεται και διατηρείται.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙ

### Ο ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΣ ΤΗΣ ΠΛΑΝΗΣ

«ΕΧΟΝΤΑΣ γίνει αδιάφορος στα αντικείμενα της αντίληψης, ο μαθητής πρέπει να αναζητήσει τον Ράτζα των Αισθήσεων, τον Σκεπτο - Δημιουργό, εκείνον που αφυπνίζει την πλάνη.

«Ο Νούς είναι ο μέγας φονιάς του Πραγματικού».

Έτσι αναφέρεται σε ένα από τα αποσπάσματα που μετέφρασε η Ε. Π. Μπλαβάτσκι από το Βιβλίο των Χρυσών Εντολών, εκείνο το μοναδικό κείμενο που είναι ένα από τα πιό εκλεκτά δώρα της στον κόσμο. Και δεν υπάρχει πιο δηλωτικός τίτλος για το νου απ' αυτόν: ο «δημιουργός της πλάνης».

Ο νους δεν είναι ο Γνώστης και πρέπει πάντα να διακρίνεται προσεκτικά απ' αυτόν. Πολλές συγχύσεις και δυσκολίες που περιπλέκουν το σπουδαστή προκαλούνται, γιατί δε θυμάται τη διάκριση ανάμεσα σε κείνον που γνωρίζει και στο νου που είναι το όργανο για την απόκτηση της γνώσης. Είναι σαν ο γλύπτης να ταυτιζόταν με τη σμίλη του.

Ο νους είναι βασικά δυαδικός και υλικός: αποτελείται από ένα περίβλημα λεπτής ύλης, ονομαζόμενο αιτιατό σώμα και μάνας, ο αφηρημένος νους και από ένα περίβλημα χονδροειδέστερης ύλης, ονομαζόμενο νοητικό σώμα και μάνας, ο συγκεκριμένος νους — το ίδιο το μάνας όντας μια αντανάκλαση σε ατομική ύλη εκείνης της όψης του Εαυτού που είναι Γνώση. Αυτός

ο νους περιορίζει τον Τζίβα ο οποίος, καθώς η αυτοσυνείδηση αυξάνει, βρίσκει τον εαυτό του να εμποδίζεται από κάθε πλευρά. Ακριβώς όπως ένας άνθρωπος, που για να πετύχει κάποιο σκοπό πρέπει να φορέσει χοντρά γάντια και ανακαλύπτει ότι μέσα σ' αυτά τα χέρια του χάνουν μεγάλο μέρος της ικανότητας να αισθάνονται, τη λεπτότητα της αφής, την ικανότητα να πιάνουν μικρά αντικείμενα και μπορούν να αδράχνουν μόνο μεγάλα αντικείμενα και να νιώθουν τις βαριές επαφές, έτσι συμβαίνει και με το Γνώστη όταν χρησιμοποιεί το νου. Το χέρι υπάρχει καθώς και το γάντι, αλλά οι ικανότητές του έχουν μειωθεί σε μεγάλο βαθμό· ο Γνώστης υπάρχει καθώς και ο νους, αλλά οι δυνάμεις του είναι πολύ περιορισμένες σε έκφραση.

Στις επόμενες παραγράφους θα αποδίδουμε τον όρο νους στο συγκεκριμένο νου - το νοητικό σώμα και το μάνας.

Ο νους είναι το αποτέλεσμα της προηγούμενης σκέψης και τροποποιείται συνεχώς από την τωρινή σκέψη. Είναι ένα πράγμα ακριβές και καθορισμένο, με ορισμένες ικανότητες και ανικανότητες, δυνάμεις και αδυναμίες που είναι το αποτέλεσμα δραστηριοτήτων σε προηγούμενες ζωές. Είναι έτσι όπως τον φτιάξαμε· δεν μπορούμε να τον αλλάξουμε παρά μόνο πολύ αργά, δεν μπορούμε να τον υπερβούμε με μια προσπάθεια της θέλησης, δεν μπορούμε να τον παραμερίσουμε ούτε να απομακρύνουμε στιγμιαία τις ατέλειές του. Τέτοιος όπως είναι, είναι δικός μας, ένα μέρος του Μη - Εαυτού προορισμένο και διαμορφωμένο για δική μας χρήση και μόνο μέσα απ' αυτόν μπορούμε να γνωρίσουμε.

Όλα τα αποτελέσματα τῶν περασμένων σκέψεών

μας βρίσκονται μαζί μας σαν νους και κάθε νους έχει τη δική του ταχύτητα και το δικό του πλάτος κραδασμού και βρίσκεται σε μια κατάσταση ασταμάτητης κίνησης προσφέροντας μια συνεχώς μεταβαλλόμενη σειρά εικόνων. Κάθε εντύπωση που μας έρχεται από τα έξω δημιουργείται πάνω σ' αυτή την ήδη ενεργό σφαίρα και η μάζα των υπαρχόντων κραδασμών τροποποιεί και τροποποιείται από την καινούργια άφιξη. Γιαυτό το αποτέλεσμα δεν είναι μια ακριβής αναπαραγωγή του νέου κραδασμού, αλλά ένας συνδυασμός αυτού με τους κραδασμούς που ήδη υπήρχαν. Ας δανειστούμε και πάλι μια παρομοίωση από το φως. Αν κρατάμε ένα κομμάτι κόκκινο γυαλί μπροστά στα μάτια μας και κοιτάζουμε σε πράσινα αντικείμενα θα μας φαίνονται σαν μαύρα. Οι κραδασμοί που μας δίνουν την αίσθηση του κόκκινου αποκόβονται από κείνους που μας δίνουν την αίσθηση του πράσινου και το μάτι μας ξεγελιέται και βλέπει τα αντικείμενα σαν μαύρα. Το ίδιο και αν κοιτάξουμε σε γαλάζια αντικείμενα μέσα από κίτρινο γυαλί, θα τα δούμε σαν μαύρα. Σε κάθε περίπτωση ένα έγχρωμο μέσον θα δημιουργήσει μια εντύπωση χρώματος διαφορετική από κείνη που έχει το αντικείμενο όταν το κοιτάζουμε με γυμνό μάτι. Ακόμα και όταν κοιτάζουν τα πράγματα με γυμνό μάτι οι άνθρωποι τα βλέπουν λίγο διαφορετικά, γιατί το ίδιο το μάτι τροποποιεί τους κραδασμούς που δέχεται περισσότερο απ' όσο φαντάζονται οι άνθρωποι. Η επίδραση του νου σαν ένα μέσο με το οποίο ο Γνώστης θεωρεί τον εξωτερικό κόσμο, μοιάζει πολύ με την επίδραση του έγχρωμου γυαλιού πάνω στο χρώμα των αντικειμένων που φαίνονται μέσα απ' αυτό. Ο Γνώστης δεν έχει συνείδηση αυτής της επίδρασης του νου, ακριβώς όπως ένας άνθρωπος που δεν έχει δει ποτέ, παρά μόνο μέσα από κόκκινα ή γαλάζια γυαλιά, δεν έχει

συνείδηση των αλλαγών που προκαλούνται απ' αυτά στα χρώματα ενός τοπίου.

Μ' αυτή ακριβώς την επιφανειακή και φανερή έννοια ο νους ονομάζεται ο «δημιουργός της πλάνης». Μας παρουσιάζει μόνο διαστρεβλωμένες εικόνες, ένα συνδυασμό του εαυτού του και του εξωτερικού αντικειμένου. Με μια πολύ βαθύτερη έννοια, όμως, είναι πράγματι ο «δημιουργός της πλάνης», γιατί ακόμα κι αυτές οι διαστρεβλωμένες εικόνες δεν είναι παρά εικόνες φαινομένων και όχι πραγματικοτήτων. Όλα όσα μας δίνει δεν είναι παρά σκιές των σκιών. Αλλά για την ώρα μας αρκεί να εξετάσουμε τις πλάνες που δημιουργούνται από τη δική του φύση.

Οι ιδέες μας για τον κόσμο θα ήταν πολύ διαφορετικές, αν μπορούσαμε να τον γνωρίσουμε έτσι όπως είναι, ακόμα και στη φαινομενική του όψη, και όχι μέσω των κραδασμών που τροποποιούνται από το νου. Και κάτι τέτοιο δεν είναι καθόλου αδύνατο, αν και μπορεί να πραγματοποιηθεί μόνο από κείνους που έχουν κάνει μεγάλη πρόοδο στον έλεγχο του νου. Οι κραδασμοί του νου μπορούν να σταματήσουν, αν η συνείδηση αποσυρθεί απ' αυτόν. Τότε μιά ώθηση από τα έξω θα σχηματίζει μιά εικόνα που θα αντιστοιχεί επακριβώς σ' αυτήν, γιατί οι κραδασμοί θα είναι ταυτόσημοι σε ποιότητα και ποσότητα, χωρίς να αναμειγνύονται με κραδασμούς που ανήκουν στον παρατηρητή. Ή, η συνείδηση μπορεί να προβάλει και να εμψυχώσει το παρατηρούμενο αντικείμενο δοκιμάζοντας άμεσα τους κραδασμούς του. Και στις δύο περιπτώσεις αποκτάται μια αληθινή γνώση της μορφής. Η ιδέα στον κόσμο των νοουμένων, της οποίας η μορφή εκφράζει μιά φαινομενική όψη, μπορεί επίσης να γίνει γνωστή, αλλά μόνο αν η συνείδηση εργαστεί στο αιτιατό σώμα ανε-

μπόδιση από το συγκεκριμένο νου ή τους κατώτερους φορείς.

Η αλήθεια ότι μπορούμε να γνωρίσουμε μόνο τις εντυπώσεις μας απ' τα πράγματα και όχι τα πράγματα —παρά μόνο με τον τρόπο που αναφέρθηκε— είναι μιιά αλήθεια που έχει ζωτική σημασία όταν εφαρμόζεται στην πρακτική ζωή. Διδάσκει ταπεινότητα, προσεκτικότητα και ετοιμότητα για να ακούσουμε καινούργιες ιδέες. Χάνουμε την ενστικτώδικη βεβαιότητα ότι έχουμε δίκιο στις παρατηρήσεις μας και μαθαίνουμε να αναλύουμε τον εαυτό μας πριν καταδικάσουμε τους άλλους.

Ένα παράδειγμα ίσως βοηθήσει να ξεκαθαριστεί καλύτερα το θέμα.

Συναντάω ένα άτομο που η κραδασμική του δραστηριότητα εκφράζεται με έναν τρόπο συμπληρωματικό με το δικό μου. Όταν συναντιόμαστε εξαλείφουμε ο ένας τον άλλον: έτσι δε συμπαθιόμαστε μεταξύ μας, δεν μπορούμε να δούμε τίποτα ο ένας στον άλλον και αναρωτιόμαστε γιατί ο τάδε θεωρεί τον άλλο τόσο έξυπνο, όταν εμείς βρίσκουμε ο ένας τον άλλο τόσο αφύσικα ανόητο. Τώρα αν έχω λίγη αυτο-γνωσία αυτή η απορία θα πρέπει να ελεγχθεί όσον αφορά τον εαυτό μου. Αντί να σκέπτομαι ότι ο άλλος είναι ανόητος θα πρέπει να αναρωτηθώ: «Τί είναι αυτό που λείπει σε μένα, ώστε δεν μπορώ να απαντήσω στους κραδασμούς του; Κραδαινόμαστε και οι δυό και αν δεν μπορώ να αντιληφθώ τη ζωή και τη σκέψη του, είναι γιατί δεν μπορώ να αναπαράγω τους κραδασμούς του. Γιατί θα πρέπει να τον κρίνω αφού δεν μπορώ καν να τον γνωρίσω, αν δεν τροποποιηθώ αρκετά ώστε να μπορώ να τον συλλαμβάνω;» Δεν μπορούμε να τροποποιήσουμε σε μεγάλο βαθμό τους άλλους, αλλά μπορούμε να τροποποιήσουμε αρκετά τον εαυτό μας και

θα πρέπει συνεχώς να προσπαθούμε να διευρύνουμε τη δεκτικότητά μας. Πρέπει να γίνουμε όπως το λευκό φως στο οποίο υπάρχουν όλα τα χρώματα, το οποίο δεν παραποιεί κανένα γιατί δεν απορρίπτει κανένα και έχει μέσα του τη δύναμη να ανταποκρίνεται στο καθένα. Μπορούμε να μετράμε την προσέγγισή μας στη λευκότητα με τη δύναμή μας να ανταποκρινόμαστε στους πιά διαφορετικούς χαρακτήρες.

## ΤΟ ΝΟΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑ ΚΑΙ ΜΑΝΑΣ

Μπορούμε τώρα να στραφούμε στη σύνθεση του νου σαν ένα όργανο της συνείδησης στην όψη της σαν Γνώστη, και αν δούμε ποιά είναι αυτή η σύνθεση, πώς διαμορφώσαμε το νου στο παρελθόν και πώς μπορούμε να τον αλλάξουμε στο παρόν.

Ο νους από την πλευρά της ζωής είναι μάνας, και μάνας είναι η αντανάκλαση, σε ατομική ύλη του τρίτου —ή νοητικού— πεδίου, της γνωστικής όψης του Εαυτού — του Εαυτού σαν Γνώστη.

Από την πλευρά της μορφής παρουσιάζει δυό όψεις που προσδιορίζουν ξεχωριστά τη δραστηριότητα του μάνας, τη συνείδηση που εργάζεται στο νοητικό πεδίο. Οι όψεις αυτές οφείλονται στις συσσωρεύσεις της ύλης του πεδίου που μαζεύεται γύρω από το ατομικό κραδασμικό κέντρο. Την ύλη αυτή εξαιτίας της φύσης και της χρήσης της, την ονομάζουμε υλικό του νου ή υλικό της σκέψης. Αποτελεί μια μεγάλη περιοχή του σύμπαντος, διαπερνώντας την αστρική και φυσική ύλη και υπάρχει σε επτά υποδιαιρέσεις, όπως οι καταστάσεις της ύλης στο φυσικό πεδίο. Ανταποκρίνεται κυρίως σε κείνους τους κραδασμούς που έρχονται από την όψη του Εαυτού που είναι Γνώση και η όψη αυτή αποτυπώνει πάνω της τον ιδιαίτερο χαρακτήρα της.

Η πρώτη —και ανώτερη— όψη της μορφικής πλευράς του νου είναι εκείνη που ονομάζεται αιτιατό σώμα. Αποτελείται από ύλη της πέμπτης και έκτης υποδιαίρεσης του νοητικού πεδίου, που αντιστοιχούν στους λεπτότερους αιθέρες του φυσικού πεδίου. Το αιτιατό σώμα είναι ελάχιστα αναπτυγμένο στην πλειονότητα των ανθρώπων στο τωρινό στάδιο της εξέλιξης, καθώς παραμένει ανεπηρέαστο από τις νοητικές δραστηριότητες που κατευθύνονται σε εξωτερικά αντικείμενα, και γι' αυτό μπορούμε προς το παρόν να το αφήσουμε κατά μέρος. Στην πραγματικότητα είναι το όργανο για την αφηρημένη σκέψη.

Η δεύτερη όψη ονομάζεται νοητικό σώμα και αποτελείται από υλικό σκέψης που ανήκει στις τέσσερις κατώτερες υποδιαίρεσεις του νοητικού πεδίου που αντιστοιχούν στον κατώτερο αιθέρα, και στην αεριώδη, υγρή και στερεή κατάσταση της ύλης στο φυσικό πεδίο. Μπορεί επίσης να ονομαστεί το χονδροειδές νοητικό σώμα. Τα νοητικά σώματα εμφανίζουν εφτά μεγάλους θεμελιώδεις τύπους, καθένας απ' τους οποίους περιλαμβάνει μορφές σε κάθε στάδιο της ανάπτυξης, και όλα εξελίσσονται και αναπτύσσονται κάτω από τους ίδιους νόμους. Το να κατανοήσουμε και να εφαρμόσουμε αυτούς τους νόμους σημαίνει ότι αλλάζουμε την αργή εξέλιξη της φύσης σε μία γρήγορη ανάπτυξη μέσω της αποφασισμένης διάνοιας. Σ' αυτό έγκειται και η βαθιά σημασία της μελέτης τους.

### Η ΔΟΜΗΣΗ ΚΑΙ Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΟΥ ΝΟΗΤΙΚΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ

Η μέθοδος με την οποία η συνείδηση δομεί το φορέα της είναι μία μέθοδος που θα πρέπει να κατανοηθεί με σαφήνεια, γιατί κάθε μέρα και κάθε ώρα της

ζωής παρέχει την ευκαιρία για την εφαρμογή της για ανώτερους σκοπούς. Ξύπνιοι ή στον ύπνο δομούμε συνέχεια το νοητικό μας σώμα. Γιατί όταν η συνείδηση κραδαίνεται, επηρεάζει το νοητικό υλικό που την περιβάλλει και κάθε παλμός της συνείδησης, ακόμα και αν οφείλεται σε μια περαστική σκέψη, έλκει μέσα στο νοητικό σώμα μερικά μόρια του νοητικού υλικού και αποβάλλει άλλα μόρια απ' αυτό. Όσον αφορά το φορέα —το σώμα,— αυτό οφείλεται στον κραδασμό. Αλλά δεν θα πρέπει να ξεχνάμε ότι η ίδια η ο υ σ ί α της συνείδησης είναι να ταυτίζεται συνέχεια με το Μη - Εαυτό και το ίδιο μόνιμα να επιβεβαιώνει τον εαυτό της απορρίπτοντας το Μη - Εαυτό. Η συνείδηση σ υ ν ί σ τ α τ α ι στην εναλλακτική επιβεβαίωση και άρνηση, «είμαι αυτό», «δεν είμαι αυτό»· γι' αυτό η κίνησή της είναι και προκαλεί στην ύλη έλξη και την παρώθηση που ονομάζουμε κραδασμό. Η περιβάλλουσα ύλη κινείται επίσης σε κύματα, χρησιμεύοντας έτσι σαν μέσο για τον επηρεασμό άλλων συνειδήσεων.

Το λεπτό ή χονδροειδές, λοιπόν, της ύλης που διαμορφώνεται έτσι, εξαρτάται από την ποιότητα των κραδασμών που προκαλούνται από τη συνείδηση. Οι αγνές και ανώτερες σκέψεις αποτελούνται από γρήγορους κραδασμούς και μπορούν να επηρεάσουν μόνο τις αραιές και λεπτές βαθμίδες του νοητικού υλικού. Οι χονδροειδείς βαθμίδες παραμένουν ανεπηρέαστες, όντας ανίκανες να κραδανθούν με την αναγκαία ταχύτητα. Όταν μια τέτοια σκέψη αναγκάζει το νοητικό σώμα να κραδανθεί, μόρια της χονδροειδούς ύλης αποβάλλονται από το σώμα και τη θέση τους καταλαμβάνουν μόρια των λεπτότερων βαθμίδων και μ' αυτό τον τρόπο καλύτερο υλικό τοποθετείται στο νοητικό σώμα. Παρόμοια, κατώτερες και κακές σκέψεις έλκουν στο νοητικό σώμα χονδροειδή υλικά, κατάλλη-

λα για τη δική τους έκφραση και τα υλικά αυτά αποβάλλουν και διώχνουν τα λεπτότερα.

Έτσι αυτοί οι κραδασμοί της συνείδησης διώχνουν πάντα ένα είδος ύλης και ενσωματώνουν ένα άλλο. Και έτσι, σαν αναπόφευκτο αποτέλεσμα, έρχεται το συμπέρασμα ότι σύμφωνα με το είδος της ύλης, που ενσωματώσαμε στο νοητικό μας σώμα κατά το παρελθόν, θα είναι και η δύναμή μας να ανταποκρινόμαστε στις σκέψεις που τώρα έρχονται σε μας απ' έξω. Αν το νοητικό μας σώμα αποτελείται από λεπτά υλικά, οι χονδροειδείς και κακές σκέψεις δε θα βρίσκουν ανταπόκριση και έτσι δε θα μπορούν να βλάψουν. Αντίθετα αν το έχουμε δομήσει με χονδροειδή υλικά, θα επηρεάζεται από κάθε κακή περαστική σκέψη και θα παραμένει αδιάφορο και δε θα ευεργετείται από τις καλές σκέψεις.

Όταν ερχόμαστε σε επαφή με κάποιον που οι σκέψεις του είναι ανώτερες, οι σκεπτο - κραδασμοί του καθώς επενεργούν πάνω μας, προκαλούν κραδασμούς παρόμοιας ύλης στο νοητικό μας σώμα καθώς είναι ικανό να ανταποκρίνεται, και οι κραδασμοί αυτοί αναταράζουν ακόμα και αποβάλλουν ένα μέρος ύλης που είναι πολύ χονδροειδές ώστε να κραδανθεί στο δικό του ανώτερο ρυθμό δραστηριότητας. Έτσι η ευεργεσία που δεχόμαστε από το άτομο αυτό, σε μεγάλο βαθμό εξαρτάται από τις περασμένες σκέψεις μας και η «κατανόηση» και η ανταποκριτικότητά μας εξαρτώνται απ' αυτές. Δεν μπορούμε να σκεφτούμε ο ένας για τον άλλο ένα τέτοιο άτομο μπορεί να σκεφτεί μόνο τις δικές του σκέψεις προκαλώντας έτσι αντίστοιχους κραδασμούς στο νοητικό υλικό γύρω του και αυτοί, επενεργώντας επάνω μας, δημιουργούν στο νοητικό μας σώμα παρόμοιους κραδασμούς. Αυτοί επηρεάζουν τη συνείδηση. Ένας στοχαστής έξω από

μας μπορεί μόνο να επηρεάσει τη συνείδηση, προκαλώντας αυτούς τους κραδασμούς στο νοητικό μας σώμα.

Αλλά η άμεση κατανόηση δεν έρχεται πάντα σαν αποτέλεσμα της δημιουργίας τέτοιων κραδασμών που προκλήθηκαν απ' έξω. Μερικές φορές η επίδραση μοιάζει με κείνην του ήλιου, της βροχής και του χώματος πάνω στο σπόρο που είναι θαμμένος στο έδαφος. Στην αρχή δεν υπάρχει ορατή ανταπόκριση στους κραδασμούς που κατευθύνονται πάνω στον σπόρο, αλλά μέσα υπάρχει ένα λεπτό ρίγος της εμπυχώνουσας ζωής και το ρίγος αυτό θα γίνεται όλο και δυνατότερο μέρα με τη μέρα, μέχρις ότου η αναπτυσσόμενη ζωή σπάσει το κέλυφος και προβάλλει το σημείο όπου θα δημιουργήσει ρίζα και θα αναπτυχθεί. Το ίδιο γίνεται και με το νου. Η συνείδηση τρέμει ελαφρά μέσα στον εαυτό της πριν μπορέσει να δώσει μια εξωτερική απάντηση στις ωθήσεις που δέχεται ακόμα και όταν δεν είμαστε ικανοί να κατανοήσουμε έναν ευγενικό στοχαστή, υπάρχει μέσα μας ένα ασυνείδητο ρίγος που είναι ο πρόδρομος της συνειδητής ανταπόκρισης. Όταν φεύγουμε από μιά συνάντηση με ένα σπουδαίο άτομο βρισκόμαστε λίγο πιο κοντά στην πλούσια ζωή σκέψης που κυλάει μέσω αυτού, απ' ό,τι είμαστε πριν το συναντήσουμε: σπέρματα σκέψης έχουν αναταραχθεί μέσα μας και ο νους μας βοηθήθηκε στην εξέλιξή του.

Έτσι λοιπόν στη δόμηση και στην εξέλιξη του νου μας ένα μικρό μέρος μπορεί να γίνει απ' έξω, αλλά η περισσότερη δουλειά πρέπει να προκύψει από τις δραστηριότητες της δικής μας συνείδησης. Αν θέλουμε να έχουμε ένα νοητικό σώμα που να είναι δυνατό, ενεργοποιημένο, ενεργό, ικανό να συλλαμβάνει τις ανώτερες σκέψεις που μας παρουσιάζονται, τότε πρέ-

πει να εργαστούμε σταθερά με τη σωστή σκέψη' γιατί εμείς οι ίδιοι είμαστε οι δομητές και διαμορφώνουμε το νου μας για τον εαυτό μας.

Πολλοί άνθρωποι είναι σπουδαίοι αναγνώστες. Αλλά όμως το διάβασμα δε δομεί το νου' μόνο η σκέψη τον δομεί. Το διάβασμα αξίζει μόνο γιατί παρέχει υλικό για σκέψη. Ένας άνθρωπος μπορεί να διαβάσει πολύ, αλλά η νοητική του ανάπτυξη θα είναι ανάλογη με την ποσότητα της σκέψης που κάνει κατά το διάβασμά του. Γι' αυτόν η αξία των σκέψεων που διαβάσει εξαρτάται από τη χρήση που τους κάνει. Αν δεν πάρει τη σκέψη και δεν εργαστεί πάνω σ' αυτήν ο ίδιος, η αξία της γι' αυτόν θα είναι μικρή και παροδική. «Το διάβασμα ολοκληρώνει τον άνθρωπο», έλεγε ο Λόρδος Βάκωνας, και αυτό ισχύει για το νου όπως και για το σώμα. Το φαγητό γεμίζει το στομάχι, αλλά όπως το κρέας είναι άχρηστο για το σώμα αν δε χωνευτεί και δεν αφομοιωθεί, έτσι και ο νους μπορεί να γεμίσει από το διάβασμα, αλλά αν δεν υπάρχει σκέψη δε γίνεται αφομοίωση αυτού που διαβάζεται και έτσι ο νους δεν αναπτύσσεται —αντίθετα είναι πιθανό να υποφέρει από παραφούσκωμα και να αδυνατίσει μάλλον αντί να δυναμώσει κάτω από το βάρος των αναφομοίωτων ιδεών.

Θα πρέπει να διαβάζουμε λιγότερο και να σκεφτόμαστε περισσότερο, αν θέλουμε ο νους μας να διευρυνθεί και η διάνοιά μας να αναπτυχθεί. Αν επιθυμούμε την καλλιέργεια του νου μας, θα πρέπει καθημερινά να ξοδεύουμε μια ώρα στη μελέτη κάποιου σοβαρού και βαθυστόχαστου βιβλίου και όλη αυτή την ώρα να διαβάζουμε επί πέντε λεπτά και να σκεφτόμαστε δέκα. Συνήθως διαβάζουμε γρήγορα επί μιά ώρα και ύστερα παρατάμε το βιβλίο μέχρι να ξαναέρθει η

ώρα για διάβασμα. Έτσι οι άνθρωποι αναπτύσσουν πολύ αργά τη δύναμη της σκέψης.

Ο σπουδαστής που επιθυμεί την ανάπτυξη θα πρέπει να αποφασίσει ότι δεν πρέπει να περνάει ούτε μιά μέρα χωρίς να διαβάσει για πέντε λεπτά και ύστερα να σκέφτεται έντονα γιά δέκα λεπτά πάνω σ' αυτό που διάβασε. Στην αρχή θα βρει την προσπάθεια κουραστική και επίμοχθη και θα ανακαλύψει την αδυναμία της σκέψης του. Η ανακάλυψη αυτή αποτελεί και το πρώτο του βήμα, γιατί είναι σημαντικό να ανακαλύψει κανείς ότι δεν μπορεί να σκεφτεί έντονα και συνεχώς. Οι άνθρωποι που δεν μπορούν να σκεφτούν, αλλά που φαντάζονται ότι μπορούν, δεν κάνουν μεγάλη πρόοδο. Είναι καλύτερα να γνωρίζει κανείς τις αδυναμίες του, παρά να φαντάζεται τον εαυτό του ισχυρό ενώ είναι αδύναμος. Η αντίληψη της αδυναμίας — η περιπλάνηση του νου, το αίσθημα της θερμότητας, η σύγχυση και η κούραση που επέρχεται στον εγκέφαλο ύστερα από μιά μεγάλη προσπάθεια να ακολουθήσουμε μια δύσκολη γραμμή σκέψης — μοιάζει σε όλα με το παρόμοιο αίσθημα που νιώθουμε στους μύες ύστερα από μια έντονη μουική προσπάθεια. Με μια κανονική και επίμονη — αλλά όχι υπερβολική — άσκηση, η δύναμη της σκέψης αναπτύσσεται, όπως αναπτύσσεται και η μουική δύναμη. Και καθώς αυτή η δύναμη της σκέψης αναπτύσσεται, μπαίνει επίσης και κάτω από έλεγχο και μπορεί να κατευθυνθεί προς καθορισμένους στόχους. Χωρίς αυτή τη σκέψη, το νοητικό σώμα θα παραμείνει χαλαρά σχηματισμένο και ανοργάνωτο, και αν δεν αποκτηθεί η συγκέντρωση — η δύναμη να σταθεροποιούμε τη σκέψη σε ένα καθορισμένο σημείο — η δύναμη της σκέψης δεν μπορεί να αναπτυχθεί καθόλου.



## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΙΙ

## ΜΕΤΑΒΙΒΑΣΗ ΣΚΕΨΗΣ

ΣΧΕΔΟΝ ό καθένας σήμερα ανυπομονεί να ασκήσει τη μεταβίβαση σκέψης και ονειρεύεται την ικανοποίηση να επικοινωνεί με έναν απόντα φίλο, χωρίς τη βοήθεια του τηλεγράφου ή του ταχυδρομείου. Πολλοί άνθρωποι φαίνεται να πιστεύουν ότι μπορούν να εκτελέσουν αυτό το έργο με ελάχιστη προσπάθεια και μένουν έκπληκτοι όταν συναντούν πλήρη αποτυχία στις προσπάθειές τους. Όμως είναι φανερό ότι πριν μπορέσει κανείς να μεταβιβάσει μιά σκέψη, πρέπει να μπορεί να σκέφτεται και κάποια ικανότητα σταθερής σκέψης είναι απαραίτητη, προκειμένου να σταλεί ένα ρεύμα σκέψης μέσα στο χώρο. Οι αδύναμες ταλαντευόμενες σκέψεις της πλειοψηφίας των ανθρώπων προκαλούν απλούς τρεμοσβήνοντες κραδασμούς στην σκεπτο - ατμόσφαιρα, που εμφανίζονται και εξαφανίζονται λεπτό με λεπτό, δε δημιουργούν καθορισμένη μορφή και είναι προικισμένες με ελάχιστη ζωτικότητα. Μια σκεπτομορφή πρέπει να είναι σχηματισμένη καθαρά και έντονα ζωογονημένη, αν πρόκειται να κατευθύνει σε μιά ορισμένη κατεύθυνση και πρέπει να είναι αρκετά ισχυρή όταν θα φτάσει στον προορισμό της, ώστε να δημιουργήσει εκεί μιά αναπαραγωγή του εαυτού της.

Υπάρχουν δύο μέθοδοι μεταβίβασης σκέψης, απ' τις οποίες η μια μπορεί να διακριθεί σαν φυσική, ενώ η άλλη σαν ψυχική και η μια ανήκει τόσο στον εγκέ-

φαλο όσο και στο νου, ενώ η άλλη ανήκει μόνο στο νου. Μιά σκέψη μπορεί να γεννηθεί από τη συνείδηση, να προκαλέσει κραδασμό στο νοητικό σώμα, ύστερα στο αστρικό σώμα, να δημιουργήσει κύματα στα αιθερικά και ύστερα στα πυκνά μόρια του φυσικού εγκέφαλου. Αυτοί οι κραδασμοί του εγκέφαλου επηρεάζουν το φυσικό αιθέρα και τα κύματα απλώνονται προς τα έξω, μέχρις ότου φτάσουν σε κάποιον άλλο εγκέφαλο και δημιουργήσουν κραδασμούς στα πυκνά και αιθερικά μέρη του. Απ' αυτό το δεκτικό εγκέφαλο δημιουργούνται κραδασμοί στο αστρικό και ύστερα στο νοητικό σώμα το προσκολλημένο σ' αυτόν και οι κραδασμοί του νοητικού σώματος επιφέρουν το ανταποκριτικό τρέμουλο στη συνείδηση. Αυτά είναι τα πολλά στάδια του τόξου που διασχίζει μιά σκέψη. Αλλά αυτό το πέρασμα μιας «παρακαμπτηρίου» δεν είναι απαραίτητο. Η συνείδηση, όταν προκαλεί κραδασμούς στο νοητικό σώμα, μπορεί να κατευθύνει αυτούς τους κραδασμούς κατευθείαν στο νοητικό σώμα της συλλαμβάνουσας συνείδησης, αποφεύγοντας έτσι τον κύκλο που μόλις περιγράψαμε.

Ας δούμε τι συμβαίνει στην πρώτη περίπτωση.

Υπάρχει ένα μικρό όργανο στον εγκέφαλο, ο αδένας της επίφυσης, η λειτουργία του οποίου είναι άγνωστη στους δυτικούς φυσιολόγους και με το οποίο δεν ασχολούνται οι δυτικοί ψυχολόγοι. Στους περισσότερους ανθρώπους είναι ένα ατροφικό όργανο αλλά, αντί να εκφυλίζεται, αναπτύσσεται και είναι δυνατόν να επισπευθεί η ανάπτυξή του σε μια κατάσταση στην οποία να μπορεί να εκτελεί τη σωστή λειτουργία του, μια λειτουργία που στο μέλλον θα αποκατασταθεί πλήρως. Είναι το όργανο της μεταβίβασης της σκέψης, ακριβώς όπως το μάτι είναι το όργανο της όρασης ή το αυτί το όργανο της ακοής.

Αν κανείς σκεφτεί πολύ έντονα πάνω σε μια ιδέα, με συγκέντρωση και σταθερή προσοχή, θα συνειδητοποιήσει ένα ελαφρό τρέμουλο ή ένα αίσθημα ανατριχίλας — έχει συγκριθεί με το σύρσιμο ενός μηρηγκιού — στον αδένα της επίφυσης. Το ρίγος συμβαίνει στον αιθέρα που διαποτίζει τον αδένα και προκαλεί ένα ελαφρό μαγνητικό ρεύμα που δημιουργεί το αίσθημα ανατριχίλας στα πυκνά μόρια του αδένα. Αν η σκέψη είναι αρκετά ισχυρή ώστε να δημιουργήσει το ρεύμα, τότε ο στοχαστής γνωρίζει ότι έχει πετύχει να φτάσει τη σκέψη του σε μια αποτελεσματικότητα και μιά δύναμη που την κάνει ικανή για μεταβίβαση.

Ο κραδασμός στον αιθέρα του αδένα της επίφυσης δημιουργεί στον περιβάλλοντα αιθέρα κύματα, όπως τα κύματα του φωτός, μόνο που είναι πολύ μικρότερα και πιο γρήγορα. Αυτοί οι κυματισμοί απλώνονται προς όλες τις κατευθύνσεις, βάζοντας τον αιθέρα σε κίνηση και αυτά τα αιθερικά κύματα με τη σειρά τους δημιουργούν κυματισμούς στον αιθέρα της επίφυσης ενός άλλου εγκέφαλου απ' όπου μεταδίδονται στο αστρικό και νοητικό σώμα με κανονική διαδοχή φτάνοντας έτσι στη συνείδηση. Αν ο δεύτερος αδένας της επίφυσης δεν μπορεί να αναπαραγάγει τους κυματισμούς, τότε η σκέψη θα περάσει απαρατήρητη, χωρίς να κάνει περισσότερη εντύπωση απ' όση κάνουν τα κύματα του φωτός πάνω στα μάτια ενός τυφλού.

Κατά τη δεύτερη μέθοδο μεταβίβασης σκέψης, ο στοχαστής αφού δημιουργήσει μια σκεπτομορφή πάνω στο δικό του πεδίο, δεν την στέλνει κάτω στον εγκέφαλο, αλλά την κατευθύνει αμέσως προς έναν άλλο στοχαστή πάνω στο νοητικό πεδίο. Η δύναμη να το κάνει αυτό σκόπιμα, προϋποθέτει μιά πολύ ανώ-

τερη νοητική εξέλιξη απ' ό,τι η φυσική μέθοδος μεταβίβασης σκέψης, γιατί αυτός που εκπέμπει πρέπει να είναι αυτοσυνειδητός στο νοητικό πεδίο, προκειμένου να ασκήσει με επίγνωση αυτή τη δραστηριότητα.

Αλλά η ικανότητα αυτή ασκείται συνεχώς από όλους μας, έμμεσα και ασυνείδητα, γιατί όλες μας οι σκέψεις προκαλούν κραδασμούς στο νοητικό σώμα που πρέπει, από τη φύση των πραγμάτων, να διαδοθούν μέσω του περιβάλλοντος νοητικού υλικού. Και δεν υπάρχει λόγος να περιορίζουμε τον όρο «μεταβίβαση σκέψης» στις συνειδητές και σκόπιμες μεταβιβάσεις μιάς συγκεκριμένης σκέψης από ένα άτομο σε άλλο. Όλοι επηρεάζουμε συνεχώς ο ένας τον άλλο με αυτά τα κύματα σκέψης που στέλνονται χωρίς καθορισμένη πρόθεση και αυτό που ονομάζουμε κοινή γνώμη δημιουργείται σε μεγάλο βαθμό μ' αυτό τον τρόπο. Οι περισσότεροι σκέφτονται πάνω σε ορισμένες γραμμές, όχι γιατί έχουν σκεφτεί προσεκτικά ένα θέμα και έχουν φτάσει σε κάποιο συμπέρασμα, αλλά γιατί μεγάλος αριθμός ατόμων σκέφτεται πάνω σ' αυτές τις γραμμές και παρασύρει και άλλους μαζί του. Η ισχυρή σκέψη ενός μεγάλου στοχαστή προβάλλει στον κόσμο της σκέψης και συλλαμβάνεται από δεκτικές και ανταποκριτικές διάνοιες. Αυτές αναπαράγουν τους κραδασμούς του και έτσι δυναμώνουν το κύμα σκέψης, επηρεάζοντας άλλους που είχαν παραμείνει αδρανείς στους αρχικούς κυματισμούς. Αυτοί, ανταποκρινόμενοι ξανά, προσθέτουν ισχύ στα κύματα και έτσι γίνονται ακόμα πιο ισχυρά επηρεάζοντας μεγάλες μάζες ανθρώπων.

Η κοινή γνώμη, όταν σχηματιστεί, ασκεί μιά κυρίαρχη επιρροή πάνω στο νου της μεγάλης πλειοψη-

φίας, επιδρώντας ασταμάτητα πάνω σε όλους τους εγκεφάλους και αφυπνίζοντας σ' αυτούς ανταποκριτικούς κυματισμούς.

Υπάρχουν επίσης ορισμένοι εθνικοί τρόποι σκέψης: καθορισμένα και βαθιά κανάλια, που είναι αποτέλεσμα της συνεχούς αναπαραγωγής κατά τη διάρκεια αιώνων παρόμοιων σκέψεων, που προέρχονται από την ιστορία, τους αγώνες και τα ήθη ενός έθνους. Αυτοί τροποποιούν βαθιά και χρωματίζουν όλες τις διάνοιες που γεννιούνται στο έθνος και καθετί που έρχεται απ' έξω από το έθνος μεταβάλλεται από την εθνική κραδασμική συχνότητα. Όπως οι σκέψεις που έρχονται σε μας από τον εξωτερικό κόσμο τροποποιούνται από το νοητικό μας σώμα και όταν τις συλλαμβάνουμε, συλλαμβάνουμε τους κραδασμούς τους με ζίμε τους δικούς μας συνηθισμένους κραδασμούς —ένα αποτέλεσμα— το ίδιο και τα έθνη, όταν δέχονται εντυπώσεις από άλλα έθνη, τις συλλαμβάνουν όπως τροποποιούνται από τη δική τους εθνική κραδασμική συχνότητα. Έτσι οι άνθρωποι στις διάφορες χώρες βλέπουν τα ίδια γεγονότα, αλλά προσθέτουν σ' αυτά τις δικές τους υπάρχουσες προκαταλήψεις και με απόλυτη ειλικρίνεια κατηγορούν το ένα το άλλο για παραποίηση των γεγονότων και χρησιμοποίηση αθέμιτων μεθόδων. Αν αναγνωριζόταν το αναπόφευκτο αυτής της αλήθειας, πολλές διεθνείς διαφωνίες θα εξομαλύνονταν πιά εύκολα απ' ό,τι τώρα, πολλοί πόλεμοι θα αποφεύγονταν και εκείνοι που έχουν αρχίσει, θα μπορούσαν εύκολα να φτάσουν σε ένα τέλος. Τότε κάθε έθνος θα αναγνώριζε αυτό που μερικές φορές ονομάζεται «προσωπική εξίσωση», και αντί να κατηγορεί τα άλλα για διαφορά απόψεων, το καθένα θα αναζητούσε τη μέση λύση ανάμεσα στις δυο απόψεις, χωρίς να επιμένει απόλυτα στη δική του.

Το απόλυτα πρακτικό ερώτημα για το άτομο που προβάλλει από τη γνώση αυτής της συνεχούς και γενικής μεταβίβασης σκέψης, είναι το εξής: Πόσο καλό μπορώ να κερδίσω και πόσο κακό μπορώ να αποφύγω, δεδομένου ότι πρέπει να ζήσω σε μια ανάμεικτη ατμόσφαιρα, όπου καλά και κακά κύματα σκέψης επενεργούν συνεχώς και δρουν πάνω στον εγκέφαλό μου; Πώς μπορώ να προστατευθώ από την επιβλαθή μεταβίβαση σκέψης και πώς μπορώ να οφεληθώ από την ευεργετική; Εδώ έχει σημαντική σημασία η γνώση του τρόπου με τον οποίο λειτουργεί η ικανότητα επιλογής.

Κάθε άνθρωπος είναι το άτομο εκείνο που επηρεάζει πιά σταθερά το δικό του νοητικό σώμα. Οι άλλοι το επηρεάζουν περιπτώσιακά, ενώ ο ίδιος το επηρεάζει πάντα. Ο ομιλητής τον οποίο ακούει, ο συγγραφέας του οποίου διαβάζει το βιβλίο, επηρεάζουν το νοητικό του σώμα. Αλλά αυτά δεν είναι παρά απλά περιστατικά στη ζωή του· α υ τ ό ς είναι ένας μόνιμος παράγοντας. Η δική του επιρροή πάνω στη σύνθεση του νοητικού σώματος είναι πολύ πιά ισχυρή από οποιοδήποτε άλλου και ο ίδιος διαμορφώνει τη συνηθισμένη κραδασμική συχνότητα του νου του. Οι σκέψεις, που δεν εναρμονίζονται μ' αυτή τη συχνότητα, παραμερίζονται όταν αγγίζουν το νου του. Αν ένας άνθρωπος σκέφτεται την αλήθεια, ένα ψέμα δεν μπορεί να κατοικήσει στο νου του· αν σκέφτεται την αγάπη, το μίσος δεν μπορεί να τον ταραξει· αν σκέφτεται τη σοφία, η άγνοια δεν μπορεί να τον παραλύσει. Μόνο εδώ υπάρχει η ασφάλεια, η πραγματική δύναμη. Στο νου δεν πρέπει να επιτρέπεται να κάθεται σαν να ήταν ακαλλιέργητος, γιατί τότε κάθε σπέρμα σκέψης μπορεί να ριζώσει και να αναπτυχθεί. Δεν πρέπει να του επιτρέπεται να κραδαίνεται όπως

του αρέσει, γιατί αυτό σημαίνει ότι θα ανταποκρίνεται σε κάθε περαστικό κραδασμό.

Εδώ βρίσκεται το πρακτικό μάθημα. Ο άνθρωπος που θα το ακολουθήσει, γρήγορα θα βρει την αξία του και θα ανακαλύψει ότι με τη σκέψη η ζωή μπορεί να γίνει πιο ανώτερη και ευτυχισμένη και ότι είναι αλήθεια πως με τη σοφία μπορούμε να βάλουμε ένα τέρμα στον πόνο.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ IV

### Η ΑΡΧΗ ΤΗΣ ΣΚΕΨΗΣ

ΕΛΑΧΙΣΤΟΙ, έξω από τον κύκλο των σπουδαστών της ψυχολογίας, έχουν βασανίσει τον εαυτό τους με το ερώτημα: Πώς δημιουργείται η σκέψη; Όταν ερχόμαστε τώρα στον κόσμο, βρίσκουμε στην κατοχή μας μια μεγάλη ποσότητα έτοιμων σκέψεων, ένα μεγάλο απόθεμα εκείνων που ονομάζονται «έμφυτες ιδέες». Αυτές είναι αντιλήψεις που τις φέρνουμε μαζί μας στον κόσμο, τα συμπυκνωμένα ή συνολικά αποτελέσματα των εμπειριών μας σε ζωές προηγούμενες από τη τωρινή. Με αυτό το νοητικό απόθεμα αρχίζουμε τις συναλλαγές μας σ' αυτή τη ζωή και οι ψυχολόγοι δεν είναι ποτέ σε θέση να μελετήσουν από άμεση παρατήρηση την αρχή της σκέψης.

Μπορούμε όμως να μάθουμε κάτι από την παρατήρηση ενός παιδιού, γιατί όπως το καινούργιο φυσικό σώμα περνάει κατά την προγενέθλια ζωή από τη μακριά φυσική εξέλιξη του παρελθόντος, έτσι και το καινούργιο νοητικό σώμα διασχίζει γρήγορα τα στάδια της μακρίας του ανάπτυξης. Είναι αλήθεια ότι το «νοητικό σώμα» δεν είναι κατά κανένα τρόπο ταυτόσημο με τη «σκέψη», επομένως ακόμα και όταν μελετάμε το ίδιο το νοητικό σώμα, στην πραγματικότητα δε μελετάμε καθόλου την «αρχή της σκέψης». Αυτό ισχύει ακόμα περισσότερο αν σκεφτούμε ότι κανένας δεν μπορεί να μελετήσει άμεσα το νοητικό σώμα, αλλά περιοριζόμαστε στην παρατήρηση των αποτελε-

σμάτων της εργασίας αυτού του σώματος πάνω στους πυκνότερους συντρόφους του, το φυσικό εγκέφαλο και το νευρικό σύστημα. Η «σκέψη» είναι τόσο ξεχωριστή από το νοητικό σώμα, όσο είναι και από το φυσικό. Ανήκει στη συνείδηση, στην όψη ζωή, ενώ το νοητικό και το φυσικό σώμα ανήκουν πα ρ ό μ ο ι α στη μορφή, την όψη ύλη και είναι απλά παροδικά σχήματα ή εργαλεία. Όπως έχουμε ήδη αναφέρει, ο σπουδαστής πρέπει συνεχώς να θυμάται «τη διάκριση ανάμεσα σε κείνον που γνωρίζει και στο νου που είναι το εργαλείο του για την απόκτηση της γνώσης» καθώς και τον ορισμό της λέξης «νους» που ήδη δώσαμε, σαν «το νοητικό σώμα και μάνας» — ένα μείγμα.

Μπορούμε, όμως, μελετώντας τα αποτελέσματα της σκέψης πάνω σ' αυτά τα σώματα, όταν είναι καινούργια, να συμπεράνουμε κατ' αντιστοιχία κάτι για την αρχή της σκέψης, όταν ένας Εαυτός, σε ένα δοσμένο σύμπαν, έρχεται για πρώτη φορά σε επαφή με το Μη - Εαυτό. Οι παρατηρήσεις μπορεί να μας βοηθήσουν σύμφωνα με το αξίωμα «Όπως επάνω, έτσι και κάτω». Το καθετί εδώ δεν είναι παρά μια αντανάκλαση και μελετώντας τις αντανάκλασεις μπορεί να μάθουμε κάτι για τα αντικείμενα που τις προκαλούν.

Αν παρατηρήσουμε προσεκτικά ένα παιδί, θα δούμε ότι οι αισθήσεις — ανταπόκριση σε ερεθίσματα από αισθήματα ευχαρίστησης ή πόνου και κυρίως πόνου — προηγούνται από οποιαδήποτε εμφάνιση νοημοσύνης. Δηλαδή ότι οι ασαφείς αισθήσεις προηγούνται των συγκεκριμένων γνώσεων. Πριν από τη γέννηση το παιδί τρεφόταν από τις ζωτικές δυνάμεις που κυλούσαν μέσα από το σώμα της μητέρας. Από τη στιγμή που ρίχτηκε σε μια ανεξάρτητη ύπαρξη, αυτές κόπηκαν. Η Ζωή τώρα φεύγει από το σώμα και δεν αναγεννιέται καθώς οι ζωτικές δυνάμεις μειώνονται, γί-

νεται αισθητή η στέρηση και αυτή η στέρηση είναι πόνος. Η κάλυψη της στέρησης φέρνει άνεση, ευχαρίστηση και το βρέφος βυθίζεται πάλι πίσω στο ασυνείδητο. Σύντομα τα αντικείμενα και οι ήχοι προκαλούν αίσθηση, αλλά ακόμα δεν εμφανίζεται κανένα σημάδι νοημοσύνης. Το πρώτο σημάδι νοημοσύνης εμφανίζεται όταν η μορφή ή η φωνή της μητέρας ή της παραμάνας συνδέεται με την ικανοποίηση της επανεμφανιζόμενης στέρησης μαζί με την ευχαρίστηση από την τροφή· η σύνδεση μέσα στη — ή με τη — μνήμη μιας σειράς επαναλαμβανόμενων αισθήσεων με ένα εξωτερικό αντικείμενο το οποίο θεωρείται σαν μια ξεχωριστή μορφή και σαν η αιτία αυτών των αισθήσεων. Σκέψη είναι η γνώση της σχέσης ανάμεσα σε πολλές εντυπώσεις και σε μια, μια μονάδα που τις συνδέει όλες μαζί. Αυτή είναι η πρώτη έκφραση νοημοσύνης, η πρώτη σκέψη — που τεχνικά ονομάζεται «αντίληψη». Η ουσία της είναι η εγκαθίδρυση μιας τέτοιας σχέσης, σαν αυτή που περιγράψαμε παραπάνω, ανάμεσα σε μια μονάδα συνείδησης — έναν Τζίβα — και σε ένα αντικείμενο και οποτεδήποτε εγκαθιδρύεται μια τέτοια σχέση, εκεί παρουσιάζεται η σκέψη.

Αυτό το απλό και επαληθεύσιμο γεγονός μπορεί να χρησιμεύσει σαν ένα γενικό παράδειγμα της αρχής της σκέψης σε έναν χωριστό Εαυτό — δηλαδή σε έναν τριπλό Εαυτό τυλιγμένο σε ένα περίβλημα ύλης, οσοδήποτε λεπτό, σε ένα Εαυτό ξέχωρο από τον Εαυτό. Σε έναν τέτοιο ξεχωριστό Εαυτό οι αισθήσεις προηγούνται των σκέψεων· η προσοχή του Εαυτού διεγείρεται από μια εντύπωση που δημιουργείται πάνω του και στην οποία ανταποκρίνεται με μια αίσθηση. Το ισχυρό αίσθημα της στέρησης, που οφείλεται στη μείωση της ζωτικής ενέργειας, δεν προκαλεί από μόνο του σκέψη· αλλά το γεγονός ότι η στέ-

ρηση ικανοποιείται από την επαφή με το γάλα, προκαλώντας μια συγκεκριμένη τοπική εντύπωση, μια εντύπωση που ακολουθείται από ένα αίσθημα ευχαρίστησης. Όταν αυτό επαναληφθεί συχνά ο Εαυτός απλώνεται προς τα έξω, αόριστα, στα τυφλά προς τα έξω εξαιτίας της κατεύθυνσης της εντύπωσης που ήρθε από τα έξω. Έτσι η ζωτική ενέργεια κυλάει μέσα στο νοητικό σώμα και το ζωογονεί ώστε αντανακλά —αμυδρά στην αρχή— το αντικείμενο που, ερχόμενο σε επαφή με το σώμα, προκάλεσε την αίσθηση. Αυτή η τροποποίηση στο νοητικό σώμα, επειδή επαναλαμβάνεται συνέχεια, διεγείρει στον Εαυτό την όψη της γνώσης και αυτός κραδαίνεται αντίστοιχα. Ένωσε στέρηση, επαφή, ευχαρίστηση και με την επαφή μια εικόνα παρουσιάζεται, τα μάτια και τα χείλη επηρεάζονται, οι δυο αισθητηριακές εντυπώσεις συγχωνεύονται. Η δική του έμφυτη φύση συνδέει αυτά τα τρία, τη στέρηση, την εικόνα επαφής, την ευχαρίστηση, και αυτή η σύνδεση είναι σκέψη. Μόνο όταν ανταποκρίνεται έτσι, υπάρχει σκέψη: ο Εαυτός είναι εκείνος που αντιλαμβάνεται και όχι κάτι άλλο ή κατώτερο.

Η αντίληψη εξειδικεύει την επιθυμία, που παύει να είναι ένας αφηρημένος πόθος για κάτι και γίνεται ένας συγκεκριμένος πόθος για ένα ειδικό πράγμα—το γάλα. Αλλά η αντίληψη χρειάζεται επανεξέταση, γιατί ο Γνώστης είχε συνδέσει μαζί τρία πράγματα και ένα απ' αυτά πρέπει να αποσυνδεθεί—η στέρηση. Είναι σημαντικό ότι σε ένα πρώτο στάδιο η θέα της τροφού διεγείρει τη στέρηση, ο Γνώστης ανακαλεί τη στέρηση όταν εμφανίζεται η εικόνα που συνδέεται μ' αυτή. Το μωρό, που δεν πεινάει, θα κλάψει αναζητώντας το στήθος, μόλις δει τη μητέρα. Αργότερα αυτή η λαθεμένη σύνδεση παύει και η τροφός συσχετίζεται με την ευχαρίστηση σαν αιτία, και θεωρείται

σαν ένα αντικείμενο ευχαρίστησης. Έτσι εγκαθιδρύεται η επιθυμία για τη μητέρα και ύστερα γίνεται ένα περαιτέρω ερέθισμα για σκέψη.

## Η ΣΧΕΣΗ ΑΙΣΘΗΣΗΣ ΚΑΙ ΣΚΕΨΗΣ

Σε πολλά βιβλία ψυχολογίας, Ανατολικά και Δυτικά, δηλώνεται πολύ καθαρά ότι όλες οι σκέψεις έχουν τη ρίζα τους στην αίσθηση: ότι αν δε συσσωρευτεί ένας μεγάλος αριθμός αισθήσεων, δεν μπορεί να υπάρξει σκέψη. «Ο νους όπως τον γνωρίζουμε», λέει η Ε. Π. Μπλαβάτσκι, «είναι αναλύσιμος σε καταστάσεις συνείδησης διαφορετικής διάρκειας, έντασης, πολυπλοκότητας κ.τ.λ.—όλες με τελική βάση την αίσθηση»<sup>1</sup>. Μερικοί συγγραφείς έχουν προχωρήσει ακόμα περισσότερο, δηλώνοντας ότι όχι μόνο οι αισθήσεις είναι τα υλικά από τα οποία δομούνται οι σκέψεις, αλλά ότι οι σκέψεις παράγονται από αισθήσεις, αγνοώντας έτσι τον οποιοδήποτε Στοχαστή, οποιοδήποτε Γνώστη. Άλλοι, στο αντίθετο άκρο, θεωρούν τη σκέψη σαν αποτέλεσμα της δραστηριότητας του Στοχαστή, που αρχίζει από τα μέσα αντί να δέχεται την πρώτη της ώθηση από τα έξω, και τις αισθήσεις σαν το υλικό πάνω στο οποίο εφαρμόζει τη δική του έμφυτη ιδιαίτερη ικανότητα και όχι σαν μιά αναγκαία κατάσταση της δραστηριότητάς του.

Καθεμιά απ' αυτές τις δυό απόψεις, ότι δηλαδή η σκέψη είναι το καθαρό προϊόν των αισθήσεων και ότι η σκέψη είναι το καθαρό προϊόν του Γνώστη, περιέχει ένα μέρος αλήθειας, αλλά ολόκληρη η αλήθεια βρίσκεται ανάμεσα στις δυό. Δηλαδή ενώ από τη μιά

1. Μυστική Δοξασία, τόμ. Ι, σελ. 31, υποσημείωση.

είναι απαραίτητο για την αφύπνιση του Γνώστη οι αισθήσεις να επενεργήσουν από τα έξω και ενώ η πρώτη σκέψη θα παραχθεί σαν αποτέλεσμα εντυπώσεων από αίσθηση και ότι οι αισθήσεις θα χρησιμεύσουν σαν η αναγκαία προηγούμενη αιτία της· όμως, από την άλλη μεριά, αν δεν υπήρχε η έμφυτη ικανότητα για σύνδεση των πραγμάτων, αν ο εαυτός δεν ήταν στην ίδια του τη φύση, γνώση, οι αισθήσεις μπορεί να του παρουσιάζονταν συνεχώς και ποτέ να μη δημιουργόταν μια σκέψη. Είναι μόνο ως ένα βαθμό αληθεια ότι οι σκέψεις έχουν την αρχή τους σε αισθήσεις. Πρέπει να επενεργήσει πάνω στις αισθήσεις η δύναμη που τις οργανώνει και που εγκαθιδρύει συνδετικούς δεσμούς, σχέσεις ανάμεσά τους καθώς επίσης ανάμεσα σ' αυτές και τον εξωτερικό κόσμο. Ο Στοχαστής είναι ο πατέρας, η Αίσθηση η μητέρα και η Σκέψη είναι το παιδί.

Αν οι σκέψεις έχουν την αρχή τους στις αισθήσεις και αυτές οι αισθήσεις προκαλούνται από εξωτερικές ωθήσεις, τότε είναι πολύ σημαντικό όταν προβάλλει μιά αίσθηση να παρατηρείται με ακρίβεια η φύση και η έκταση αυτής της αίσθησης. Η πρώτη δουλειά του γνώστη είναι να παρατηρεί αν δεν υπήρχε τίποτα για να παρατηρήσει, θα έμενε συνέχεια κοιμισμένος. Αλλά όταν του παρουσιάζεται ένα αντικείμενο, όταν σαν Εαυτός συνειδητοποιεί μια ώθηση, τότε σαν Γνώστης παρατηρεί. Από την ακρίβεια της παρατήρησής εξαρτάται η σκέψη που πρόκειται να σχηματίσει από το συνδυασμό των πολλών αυτών παρατηρήσεων. Αν παρατηρεί δίχως ακρίβεια, αν εγκαθιδρύει μια λαθεμένη σχέση ανάμεσα στο αντικείμενο που προκάλεσε την ώθηση και στον εαυτό του που παρατηρεί την ώθηση, τότε εξαιτίας αυτού του λάθους στην εργασία του, θα δημιουργηθεί ένας αριθμός επακόλουθων λα-

θών που τίποτα δε θα μπορεί να τα επανορθώσει παρά μόνο η επιστροφή στο αρχικό σημείο.

Ας δούμε τώρα πώς εργάζεται η αίσθηση και η αντίληψη σε μια ειδική περίπτωση. Ας υποθέσουμε ότι νιώθω ένα άγγιγμα στο χέρι μου. Το άγγιγμα προκαλεί, δέχεται σαν απάντηση, μια αίσθηση. Η αναγνώριση του αντικειμένου που προκάλεσε την αίσθηση είναι μια σκέψη. Όταν αισθάνομαι ένα άγγιγμα, αισθάνομαι και τίποτα περισσότερο δε χρειάζεται να προστεθεί, αν μας ενδιαφέρει η καθαρή αίσθηση. Αλλά όταν από το αίσθημα περνάω στο αντικείμενο που το προκάλεσε, αντιλαμβάνομαι το αντικείμενο και η αντίληψη είναι μια σκέψη. Αυτή η αντίληψη σημαίνει ότι σαν Γνώστης αναγνωρίζω μια σχέση ανάμεσα σε μένα και το αντικείμενο, ότι προκάλεσε μια ορισμένη αίσθηση στον Εαυτό μου. Αλλά δε συμβαίνει μόνο αυτό. Γιατί δοκιμάζω και άλλες αισθήσεις, από το χρώμα, τη μορφή, την απαλότητα, τη θερμότητα, την υφή. Αυτές περνάνε πάλι σε μένα σαν Γνώστη και βοηθούμενη από την ανάμνηση παρόμοιων εντυπώσεων που έχω δεχτεί προηγούμενα, δηλαδή συγκρίνοντας περασμένες εικόνες με την εικόνα του αντικειμένου που αγγίζει το χέρι—αποφασίζω για το είδος του αντικειμένου που το αγγίζει.

Σ' αυτή την αντίληψη των πραγμάτων, που μας κάνουν να νιώθουμε, βρίσκεται η αρχή της σκέψης. Εκφράζοντάς το με συνηθισμένους μεταφυσικούς όρους —η αντίληψη ενός Μη - Εαυτού, σαν την αιτία ορισμένων αισθήσεων στον Εαυτό, είναι η αρχή της γνώσης. Το απλό αίσθημα, αν κάτι τέτοιο ήταν δυνατό, δεν μπορεί να δώσει συνείδηση του Μη - Εαυτού· θα υπήρχε μόνο το αίσθημα της ευχαρίστησης ή του πόνου στον Εαυτό, μια εσωτερική συνείδηση διαστο-

λῆς ή συστολῆς. Καμιά ανώτερη εξέλιξη δε θα ήταν δυνατή, αν ο άνθρωπος δεν μπορούσε να κάνει τίποτα περισσότερο από το να αισθάνεται. Μόνο όταν αναγνωρίζει τα αντικείμενα σαν αιτίες ευχαρίστησης ή πόνου, μόνο τότε αρχίζει η ανθρώπινη καλλιέργεια του. Από την εγκαθίδρυση μιας συνειδητής σχέσης ανάμεσα στον Εαυτό και το Μη - Εαυτό εξαρτάται ολόκληρη η μελλοντική εξέλιξη· και αυτή η εξέλιξη σε μεγάλο βαθμό συνίσταται στο να γίνονται αυτές οι σχέσεις όλο και πιο πολυάριθμες, όλο και πιο περίπλοκες, όλο και πιο ακριβείς από την πλευρά του Γνώστη. Ο Γνώστης αρχίζει την εξωτερική του ανάπτυξη όταν η αφυπνισμένη συνείδηση, νιώθοντας ευχαρίστηση ή πόνο, στρέφει το βλέμμα της στον εξωτερικό κόσμο και λέει: «Αυτό το αντικείμενο μου προκαλεί ευχαρίστηση, εκείνο το αντικείμενο μου προκαλεί πόνο».

Πρέπει να έχει δοκιμάσει ένα μεγάλο αριθμό αισθήσεων πριν ο Εαυτός αρχίσει να ανταποκρίνεται σε όλες. Ύστερα έρχεται μια θολή, συγχυσμένη αναζήτηση της ευχαρίστησης, που οφείλεται σε μια επιθυμία μέσα στη θέληση του Εαυτού να δοκιμάσει μια επανάληψη της ευχαρίστησης. Και αυτό είναι ένα καλό παράδειγμα του γεγονότος που αναφέραμε προηγούμενα, ότι δηλαδή δεν υπάρχει καθαρό αίσθημα ή καθαρή σκέψη. Γιατί η «επιθυμία για την επανάληψη της ευχαρίστησης» συνεπάγεται ότι η εικόνα της ευχαρίστησης παραμένει, έστω και αμυδρή, μέσα στη συνείδηση και αυτό είναι μνήμη και ανήκει στη σκέψη. Για πολύ καιρό ο ημι - αφυπνισμένος Εαυτός περιπλανιέται από το ένα πράγμα στο άλλο, σκοντάφοντας πάνω στο Μη - Εαυτό με τυχαίο τρόπο, χωρίς να δίνεται καμιά κατεύθυνση σ' αυτές τις κινήσεις από τη συνείδηση που δοκιμάζει ευχαρίστηση και πό-

νο, δίχως καμιά αντίληψη της αιτίας του ενός ή του άλλου. Μόνο όταν αυτό συνεχιστεί για πολύ καιρό, είναι δυνατή η αντίληψη που αναφέραμε παραπάνω και μόνο τότε αρχίζει η σχέση ανάμεσα στο Γνώστη και το Αντικείμενο της Γνώσης.



## ΚΕΦΑΛΑΙΟ V

### ΜΝΗΜΗ

#### Η ΦΥΣΗ ΤΗΣ ΜΝΗΜΗΣ

ΟΤΑΝ εγκαθιδρύεται ένας δεσμός ανάμεσα σε μια ευχαρίστηση και σε ένα ορισμένο αντικείμενο, τότε προβάλλει η καθορισμένη επιθυμία για την απόκτηση ξανά εκείνου του αντικειμένου και έτσι την επανάληψη της ευχαρίστησης. Ή, όταν δημιουργείται μια σχέση ανάμεσα σε έναν πόνο και ένα ορισμένο αντικείμενο, προβάλλει η καθορισμένη επιθυμία για την άρνηση εκείνου του αντικειμένου και έτσι την αποφυγή του πόνου. Με τη διέγερση, το νοητικό σώμα εύκολα επαναλαμβάνει την εικόνα του αντικειμένου. Γιατί εξαιτίας του γενικού νόμου ότι η ενέργεια κυλάει προς την κατεύθυνση της ελάχιστης αντίστασης, η ύλη του νοητικού σώματος παίρνει πιά εύκολα το σχήμα μιάς μορφής που έχει ήδη πάρει συχνά. Αυτή η τάση για την επανάληψη κραδασμών που είχαν δημιουργηθεί κάποτε, όταν παρακινείται από την ενέργεια, οφείλεται στο Τάμας, την αδράνεια της ύλης, και είναι το σπέρμα της Μνήμης. Τα μόρια της ύλης, που έχουν συγκεντρωθεί σε ομάδες, αποχωρίζονται αργά καθώς άλλες ενέργειες επενεργούν πάνω τους, αλλά διατηρούν για αρκετό καιρό την τάση να ξαναπάρουν την αμοιβαία σχέση τους. Αν τους δοθεί μιά ώθηση σαν εκείνη που τα είχε συγκεντρώσει, ξαναπέφτουν αμέσως στην προηγούμενη θέση τους. Ακόμα όταν ο Γνώστης κραδανθεί με ένα συγκεκριμένο τρό-

### ΜΝΗΜΗ

πο, αυτή η δύναμη του κραδασμού παραμένει μέσα του και στη περίπτωση του ευχάριστου ή οδυνηρού αντικειμένου, η επιθυμία για το αντικείμενο ή για την αποφυγή του ελευθερώνει αυτή τη δύναμη, τη σπρώχνει προς τα έξω μπορεί να πει κανείς και έτσι δίνει το αναγκαίο ερέθισμα στο νοητικό σώμα.

Η εικόνα, που δημιουργείται μ' αυτό τον τρόπο, αναγνωρίζεται από το Γνώστη και στη μιά περίπτωση η προσκόλληση, που προκλήθηκε από την ευχαρίστηση, τον κάνει να αναπαραγάγει επίσης και την εικόνα της ευχαρίστησης. Στην άλλη περίπτωση η απώθηση, που προκλήθηκε από τον πόνο, προκαλεί παρόμοια την εικόνα του πόνου. Το αντικείμενο και η ευχαρίστηση, ή το αντικείμενο και ο πόνος, συνδέονται μαζί με την εμπειρία και όταν δημιουργείται το σύνολο των κραδασμών που συνθέτουν την εικόνα του αντικειμένου, αρχίζει επίσης το σύνολο των κραδασμών που συνθέτουν την ευχαρίστηση ή τον πόνο και η ευχαρίστηση ή ο πόνος ξαναδοκιμάζεται με την απουσία του αντικειμένου. Αυτή είναι η μνήμη στην απλούστερη μορφή της: ένας αυτοδημιουργούμενος κραδασμός της ίδιας φύσης με κείνον που προκάλεσε το αίσθημα της ευχαρίστησης ή του πόνου, που προκαλεί ξανά αυτό το αίσθημα. Οι εικόνες αυτές είναι λιγότερο εντυπωσιακές και επομένως, για το μερικά αναπτυγμένο Γνώστη, λιγότερο ζωηρές και ζωντανές από κείνες που προκλήθηκαν απ' την επαφή με ένα εξωτερικό αντικείμενο, γιατί οι βαρείς φυσικοί κραδασμοί παρέχουν περισσότερη ενέργεια στις νοητικές και επιθυμητές εικόνες. Αλλά βασικά οι κραδασμοί είναι ταυτόσημοι και μνήμη είναι η αναπαραγωγή με νοητική ύλη από το Γνώστη αντικειμένων με τα οποία έχει έρθει προηγούμενα σε

επαφή. Η αντανάκλαση αυτή μπορεί να επαναληφθεί —και επαναλαμβάνεται— ξανά και ξανά σε όλο και λεπτότερη ύλη, άσχετα από οποιοδήποτε ξεχωριστό Γνώστη, και αυτά στο σύνολό τους είναι τα μερικά περιεχόμενα της μνήμης του Λόγου, του Κυρίου του Σύμπαντος. Αυτές οι εικόνες των εικόνων μπορούν να προσεγγιστούν από κάθε χωριστό Γνώστη ανάλογα με το βαθμό που έχει αναπτύξει μέσα του τη «δύναμη του κραδασμού» που αναφέραμε προηγούμενα. Όπως στον ασύρματο τηλεγράφο μια σειρά κραδασμών που συνθέτουν ένα μήνυμα μπορεί να συλληφθεί από οποιοδήποτε κατάλληλο δέκτη, —δηλαδή οποιοδήποτε δέκτη ικανό να τους αναπαραγάγει— έτσι και μιά κρυμμένη κραδασμική ικανότητα μέσα σε ένα Γνώστη μπορεί να ενεργοποιηθεί από έναν κραδασμό παρόμοιο με κείνον που υπάρχει σ' αυτές τις κοσμικές εικόνες. Εκείνες που βρίσκονται πάνω στο ακασικό πεδίο αποτελούν τα «ακασικά αρχεία» που αναφέρονται συχνά στη Θεοσοφική φιλολογία και διαρκούν για όλη τη ζωή του συστήματος.

#### ΚΑΚΗ ΜΝΗΜΗ

Προκειμένου να κατανοήσουμε καθαρά τι βρίσκεται στη ρίζα της «κακής μνήμης» πρέπει να εξετάσουμε τη νοητική διαδικασία που γίνεται για να σχηματιστεί αυτό που ονομάζεται μνήμη. Αν και σε πολλά βιβλία ψυχολογίας η μνήμη αναφέρεται σαν μιά νοητική ικανότητα, δεν υπάρχει στην πραγματικότητα καμιά ικανότητα στην οποία να μπορεί να δοθεί αυτό το όνομα. Η διατήρηση μιάς νοητικής εικόνας δεν οφείλεται σε καμιά ιδιαίτερη ικανότητα, αλλά ανήκει στη γενική ποιότητα του νου. Ένας αδύναμος νους, είναι αδύναμος στη διατήρηση όπως και σε

όλα τα άλλα, και —όπως μια ουσία υπερβολικά ρευστή ώστε να διατηρήσει το σχήμα του καλουπιού στο οποίο χύθηκε— χάνει γρήγορα τη μορφή που πήρε. Όταν το νοητικό σώμα είναι ελάχιστα οργανωμένο, όταν είναι μια απλή χαλαρή συσσώρευση των μορίων του νοητικού υλικού, μια νεφελώδης μάζα χωρίς πολύ συνοχή, τότε ασφαλώς η μνήμη θα είναι πολύ αδύναμη. Αλλά αυτή η αδυναμία είναι γενική, όχι ειδική είναι κοινή για ολόκληρο το νου και οφείλεται στο χαμηλό εξελικτικό του επίπεδο.

Όταν το νοητικό σώμα οργανώνεται και η δύναμη του Τζίβα εργάζεται σ' αυτό, ακόμα και τότε συχνά βρίσκουμε αυτό που ονομάζεται «κακή μνήμη». Αλλά αν παρατηρήσουμε αυτή την «κακή μνήμη», θα δούμε ότι δεν είναι ελαττωματική σε όλες τις όψεις, ότι υπάρχουν μερικά πράγματα που παραμένουν στη μνήμη και που ο νους τα διατηρεί χωρίς προσπάθεια. Αν τώρα εξετάσουμε αυτά τα πράγματα, θα βρούμε ότι είναι πράγματα που έλκουν σε μεγάλο βαθμό το νου, ότι τα πράγματα που είναι πολύ αρεστά δεν ξεχνιούνται. Γνώρισα μια γυναίκα που παραπονιόταν για κακή μνήμη σχετικά με τα θέματα που μελετούσε, αλλά παρατήρησα σ' αυτήν μια πολύ γερή μνήμη σχετικά με τις λεπτομέρειες ενός φορέματος που της άρεσε. Από το νοητικό της σώμα δεν έλειπε τελείως η ικανότητα συγκράτησης και όταν παρατηρούσε με προσοχή και επιμέλεια, δημιουργώντας μια καθαρή νοητική εικόνα, αυτή η εικόνα ζούσε για πολύ καιρό. Εδώ έχουμε το κλειδί για την «κακή μνήμη». Οφείλεται στην έλλειψη προσοχής, έλλειψη ακριβούς παρατήρησης και επομένως σε συγχυσμένη σκέψη. Συγχυσμένη σκέψη είναι η θολή εντύπωση που προκλήθηκε από απρόσεκτη παρατήρηση και έλλειψη προσοχής, ενώ καθαρή σκέψη είναι η έντονη

εντύπωση που οφείλεται σε συγκεντρωμένη προσοχή και προσεκτική, ακριβή παρατήρηση. Δε θυμόμαστε τα πράγματα στα οποία δίνουμε λίγη προσοχή, αλλά θυμόμαστε πολύ καλά τα πράγματα που μας ενδιαφέρουν έντονα.

Πώς πρέπει, λοιπόν, να αντιμετωπιστεί η «κακή μνήμη»; Αρχικά θα πρέπει να παρατηρήσουμε τα πράγματα σχετικά με τα οποία είναι καλή και κείνα σχετικά με τα οποία είναι κακή, έτσι ώστε να κρίνουμε τη γενική ποιότητα της συγκράτησης. Ύστερα θα πρέπει να εξετάσουμε πολύ προσεκτικά τα πράγματα σχετικά με τα οποία είναι κακή, για να δούμε αν είναι πράγματα που αξίζουν να τα θυμόμαστε και αν είναι πράγματα για τα οποία δεν ενδιαφερόμαστε. Αν δούμε ότι ενδιαφερόμαστε ελάχιστα γι' αυτά, αλλά στις καλύτερες στιγμές μας νιώθουμε ότι θα έπρεπε να ενδιαφερόμαστε γι' αυτά, τότε πρέπει να πούμε στον εαυτό μας: «Θα τα προσέχω, θα τα παρατηρώ με ακρίβεια και θα τα σκέφτομαι προσεκτικά και σταθερά». Κάνοντάς το θα δούμε ότι η μνήμη μας βελτιώνεται. Γιατί, όπως είπαμε παραπάνω, η μνήμη βασίζεται στην πραγματικότητα πάνω στην προσοχή, την ακριβή παρατήρηση και την καθαρή σκέψη· το στοιχείο της έλλξης έχει αξία επειδή σταθεροποιεί την προσοχή, αλλά αν δεν υπάρχει, τη θέση του πρέπει να την πάρει η θέληση.

Τώρα σ' αυτό ακριβώς το σημείο προβάλλει μιá πολύ συγκεκριμένη και φανερή δυσκολία. Πώς μπορεί «η θέληση» να πάρει τη θέση της έλλξης; Τι είναι αυτό που θα παρακινήσει την ίδια τη θέληση; Η έλλξη προκαλεί επιθυμία και η επιθυμία δημιουργεί την κίνηση προς το αντικείμενο έλλξης. Αυτό, στην υποτιθέμενη αυτή περίπτωση, απουσιάζει. Πώς μπορεί αυτή η

απουσία της επιθυμίας να αντισταθμιστεί από τη θέληση; Θέληση είναι η δράση που παρακινεί τη δύναμη, όταν αυτή η δύναμη καθορίζεται ως προς την κατεύθυνσή της από την προσεκτική Λογική και όχι από την επίδραση εξωτερικών αντικειμένων που θεωρούνται σαν ελκυστικά. Όταν η παρόρμηση για δράση, αυτή που τόσο συχνά έχω ονομάσει σαν η προς τα έξω κατευθυνόμενη ενέργεια του Εαυτού, δραστηριοποιείται από εξωτερικά αντικείμενα, σ ύ ρ ε τ α ι προς τα έξω και τότε ονομάζουμε την παρόρμηση, επιθυμία. Όταν δραστηριοποιείται από την Καθαρή Λογική, σ τ έ λ ν ε τ α ι προς τα έξω, και τότε την ονομάζουμε θέληση. Αυτό που χρειάζεται λοιπόν όταν υπάρχει απουσία της έλλξης από τα έξω, είναι φώτιση από τα μέσα και το κίνητρο για τη θέληση πρέπει να αποκτηθεί από μια νοητική θεώρηση του πεδίου και μιá άσκηση της κρίσης ως προς το ανώτερο καλό, το σκοπό της προσπάθειας. Αυτό που η Λογική επιλέγει σαν το πράγμα που συντελεί περισσότερο στο καλό του Εαυτού, χρησιμεύει σαν κίνητρο για τη θέληση. Και όταν αυτό γίνει μιá φορά, ύστερα σε στιγμές κούρασης, αδυναμίας, η ανάκληση του ειρμού της σκέψης που οδηγεί στην εκλογή διεγείρει ξανά τη θέληση. Ένα τέτοιο πράγμα, διαλεγμένο σκόπιμα, μπορεί μετά να γίνει ελκυστικό —δηλαδή αντικείμενο επιθυμίας— αν βάλουμε τη φαντασία να απεικονίσει τις ευχάριστες ιδιότητές του, τα ευεργετικά —που χαρίζουν ευτυχία— αποτελέσματα της κατοχής του. Αλλά επειδή εκείνος που επιθυμεί ένα αντικείμενο επιθυμεί τα μέσα, γινόμαστε ικανοί να ξεπερνάμε τη φυσική συστολή από την προσπάθεια και τη δυσάρεστη πειθαρχία, με μιá άσκηση της θέλησης, που διεγείρεται μ' αυτό τον τρόπο. Στην περίπτωση που εξετάζουμε, αφού έχουμε αποφασίσει ότι

ορισμένα αντικείμενα είναι ιδιαίτερα επιθυμητά επειδή συντελούν σε μακρόχρονη ευτυχία, βάζουμε τη θέληση να εργαστεί ώστε να εκτελέσει τις δραστηριότητες που οδηγούν στην απόκτησή τους.

Κατά την καλλιέργεια της ικανότητας της παρατήρησης, όπως και σε καθετί άλλο, μιά μικρή άσκηση που επαναλαμβάνεται καθημερινά είναι πολύ πιο αποτελεσματική από μιά μεγάλη προσπάθεια που ακολουθείται από μιά περίοδο αδράνειας. Θα πρέπει να αναθέσουμε στον εαυτό μας το μικρό καθημερινό καθήκον να παρατηρούμε ένα πράγμα προσεκτικά, να το φανταζόμαστε στο νου με όλες του τις λεπτομέρειες, κρατώντας το νου εστιασμένο πάνω του για σύντομο χρόνο, όπως το φυσικό μάτι εστιάζεται σε ένα αντικείμενο. Την επόμενη μέρα θα πρέπει να ανακαλούμε την εικόνα, αναπαράγοντάς το με όση μεγαλύτερη ακρίβεια μπορούμε, και ύστερα συγκρίνοντάς την με το αντικείμενο και παρατηρώντας τις τυχόν ανακρίβειες. Αν αφιερώνουμε πέντε λεπτά τη μέρα σ' αυτή την άσκηση, δηλαδή τη μιά να παρατηρούμε ένα αντικείμενο και να το απεικονίζουμε στο νου και την επόμενη να ανακαλούμε την εικόνα της προηγούμενης μέρας και να τη συγκρίνουμε με το αντικείμενο, θα «βελτιώσουμε τη μνήμη μας» πολύ γρήγορα όπως επίσης τη δύναμη της παρατήρησης, της προσοχής, της φαντασίας και της συγκέντρωσης. Στην πραγματικότητα θα οργανώσουμε και θα θρέψουμε το νοητικό μας σώμα πολύ πιο γρήγορα απ' ό,τι θα το έτρεφε χωρίς βοήθεια η φύση, ώστε να εκτελεί τις λειτουργίες του αποτελεσματικά και εποικοδομητικά. Κανένας άνθρωπος δεν μπορεί να εκτελέσει μια άσκηση σαν αυτή και να μείνει ανεπηρέαστος· και σύντομα θα έχει την ικανοποίηση να γνωρίζει ότι οι ικανότητές του έχουν αυξηθεί και έ-

χουν μπει σε πολύ μεγάλο βαθμό κάτω από τον έλεγχο της θέλησης.

Οι τεχνητοί τρόποι βελτίωσης της μνήμης παρουσιάζουν στο νου τα πράγματα με μια ελκυστική μορφή, ή συνδέουν με μια τέτοια μορφή τα πράγματα που πρέπει να θυμάται. Αν ένα άτομο οραματίζεται, εύκολα θα βελτιώσει την κακή μνήμη του δημιουργώντας μιά εικόνα και προσκολλώντας σε διάφορα σημεία αυτής της εικόνας τα πράγματα που θέλει να θυμάται· έτσι η ανάκληση της εικόνας φέρνει επίσης στην επιφάνεια και τα πράγματα που πρέπει να θυμηθεί. Άλλα άτομα, στα οποία κυριαρχεί η ακουστική ικανότητα, θυμούνται με την παρήχηση κάποιου ρυθμού και, για παράδειγμα, συνθέτουν μιά σειρά από ημερομηνίες ή άλλα αδιάφορα γεγονότα σε στίχους που «κολλούν στο νου». Αλλά πολύ καλύτερη απ' όλους αυτούς τους τρόπους είναι η λογική μέθοδος που αναλύσαμε παραπάνω, με τη χρήση της οποίας το νοητικό σώμα οργανώνεται καλύτερα, αποκτώντας μεγαλύτερη συνοχή ως προς τα υλικά του.

## ΜΝΗΜΗ ΚΑΙ ΠΡΟΣΔΟΚΙΑ

Ας επιστρέψουμε στον ανεξέλικτο Γνώστη μας.

Όταν αρχίζει να λειτουργεί η μνήμη σύντομα ακολουθεί η προσδοκία, γιατί προσδοκία δεν είναι παρά μνήμη που έχει ριχτεί προς τα μπρος. Όταν η μνήμη προκαλεί το Ξανανιώσιμο μιας ευχαρίστησης που δοκιμάστηκε στο παρελθόν, η επιθυμία αναζητάει να συλλάβει πάλι το αντικείμενο που χάρισε την ευχαρίστηση, και όταν αυτό το Ξανανιώσιμο θεωρείται σαν το αποτέλεσμα της εύρεσης αυτού του αντικειμένου στον εξωτερικό κόσμο και της απόλαυσής του, τότε έχουμε την προσδοκία. Ο Γνώστης σκέφτεται

την εικόνα του αντικειμένου και την εικόνα της ευχαρίστησης σε συσχετισμό μεταξύ τους. Αν προσθέσει σ' αυτή τη θεώρηση το στοιχείο του χρόνου, τότε δυό ονόματα μπορούν να δοθούν σ' αυτό το στοχασμό: ο στοχασμός σ υ ν την ιδέα του παρελθόντος, είναι μνήμη· ο στοχασμός σ υ ν την ιδέα του μέλλοντος, είναι προσδοκία.

Καθώς μελετάμε αυτές τις εικόνες, αρχίζουμε να κατανοούμε την πλήρη σημασία του αφορισμού του Πατάντζαλι, ότι δηλαδή για την άσκηση της Γιόγκα ο άνθρωπος πρέπει να σταματήσει τις «τροποποιήσεις του σκεπτόμενου στοιχείου». Θεωρούμενη από τη σκοπιά της απόκρυφης επιστήμης, κάθε επαφή με το Μη - Εαυτό τροποποιεί το νοητικό σώμα. Ένα μέρος του υλικού, από το οποίο αποτελείται αυτό το σώμα, επαναδιευθετείται σαν μια απεικόνιση ή εικόνα του εξωτερικού αντικειμένου. Όταν εγκαθιδρυθούν σχέσεις ανάμεσα σ' αυτές τις εικόνες, αυτό είναι σκέψη, όπως φαίνεται από την πλευρά της μορφής. Σε αντιστοιχία μ' αυτές υπάρχουν κραδασμοί μέσα στον ίδιο το Γνώστη και αυτές οι τροποποιήσεις μέσα στον εαυτό είναι σκέψη όπως φαίνεται από την πλευρά της ζωής. Δε θα πρέπει να ξεχνάμε ότι η εγκαθίδρυση αυτών των σχέσεων είναι η ιδιαίτερη εργασία του Γνώστη, η προσθήκη του στις εικόνες, και ότι αυτή η προσθήκη μετατρέπει τις εικόνες σε σκέψεις. Οι εικόνες στο νοητικό σώμα μοιάζουν πολύ στο χαρακτήρα με τις αποτυπώσεις που δημιουργούνται πάνω σε μια ευαίσθητη πλάκα από τα αιθερικά κύματα που βρίσκονται πέρα από το φάσμα του φωτός και τα οποία δρουν χημικά πάνω στα άλατα του αργύρου επαναδιευθετώντας το υλικό πάνω στην ευαίσθητη πλάκα, έτσι ώστε να σχηματιστούν πάνω της οι εικόνες των αντικειμένων στα οποία εκτέθηκαν. Ο

Γνώστης συλλαμβάνει αυτές τις εικόνες με τους δικούς του ανταποκριτικούς κραδασμούς, τις μελετάει και μετά από λίγο αρχίζει να τις διευθετεί και να τις τροποποιεί με κραδασμούς που εκπέμπει πάνω απ' τον εαυτό του. Σύμφωνα με το νόμο που ήδη αναφέραμε, αυτή η ενέργεια ακολουθεί τη γραμμή της ελάχιστης αντίστασης σχηματίζει ξανά και ξανά τις ίδιες εικόνες, φτιάχνει εικόνες των εικόνων. Όσο καιρό περιορίζεται σ' αυτή την απλή αναπαραγωγή, με μόνη την προσθήκη του στοιχείου χρόνος, έχουμε όπως είπαμε μνήμη και προσδοκία.

Η συγκεκριμένη σκέψη, άλλωστε, είναι η απλή επανάληψη σε λεπτότερη ύλη των καθημερινών εμπειριών, με τη διαφορά ότι ο Γνώστης, κατά την αρέσκειά του, μπορεί να τις σταματήσει και να αλλάξει τη σειρά τους, να τις επαναλάβει, να τις επισπεύσει ή να τις επιβραδύνει. Μπορεί να καθυστερήσει πάνω σε οποιαδήποτε εικόνα, να συλλογιστεί πάνω της, να παραμένει σ' αυτή και έτσι μπορεί απ' αυτή την τεμπέλικη επανεξέταση των εμπειριών να κερδίζει πολλά που του είχαν διαφύγει όταν πέρασε απ' αυτές περιοριζόμενος από τον ανήσυχο, ασταμάτητο τροχό του χρόνου. Μέσα στη δική του περιοχή μπορεί να φτιάξει το δικό του χρόνο, όσον αφορά τα μέτρα του, όπως και ο Λόγος για τις δικές Του λέξεις. Δεν μπορεί να ξεφύγει από την ουσία του χρόνου, τη διαδοχή, παρά μόνο όταν μπορέσει να αγγίξει τη Λογοϊκή συνείδηση, ελευθερώνοντας τον εαυτό του από τα δεσμά της κοσμικής ύλης· αλλά και τότε ακόμα το πετυχαίνει μόνο όσον αφορά αυτό το σύστημα.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ VI

### Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΗΣ ΣΚΕΨΗΣ

#### Η ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΗ ΚΑΙ Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ

Η ΠΡΩΤΗ προϋπόθεση για ικανή σκέψη είναι η προσεκτική και ακριβής παρατήρηση. Ο Εαυτός, σαν Γνώστης, πρέπει να παρατηρεί το Μη - Εαυτό με προσοχή και ακρίβεια, αν πρόκειται να γίνει Γνωστός και έτσι να συγχωνευθεί με τον Εαυτό.

Η δεύτερη προϋπόθεση είναι η δεκτικότητα και η ικανότητα συγκράτησης στο νοητικό σώμα, η ικανότητα να ενδίδει γρήγορα στις εντυπώσεις και να τις διατηρεί όταν δημιουργούνται.

Ανάλογη με την προσοχή και την ακρίβεια της παρατήρησης του Γνώστη και τη δεκτικότητα του νοητικού σώματος και την ικανότητά του για συγκράτηση θα είναι και η ταχύτητα της εξέλιξής του, ο ρυθμός με τον οποίο οι κρυμμένες του δυνατότητες θα γίνουν ενεργές ικανότητες.

Αν ο Γνώστης δεν παρατήρησε με ακρίβεια την σκεπτο-εικόνα, ή αν το νοητικό σώμα, όντας ανεξέλικτο, ήταν αναισθητο σε όλα εκτός από τους ισχυρούς κραδασμούς ενός εξωτερικού αντικειμένου και έτσι τροποποιήθηκε σε μια ατελή αναπαραγωγή, τότε το υλικό για σκέψη είναι ανεπαρκές και παραπλανητικό. Στην αρχή αυτό που πετυχαίνεται είναι ένα γενικό περίγραμμα, ενώ οι λεπτομέρειες είναι θολές ή και λείπουν τελείως. Καθώς αναπτύσσουμε τις ικανότητές μας και καθώς δομούμε λεπτότερο υλικό στο νοητικό

μας σώμα, βλέπουμε ότι από το ίδιο εξωτερικό αντικείμενο συλλαμβάνουμε πολύ περισσότερα απ' ό,τι κατά την ανεξέλικτη περίοδο. Έτσι βρίσκουμε πολύ περισσότερα πράγματα σε ένα αντικείμενο απ' όσα βρήκαμε πριν.

Ας υποθέσουμε ότι δυο άνθρωποι στέκονται σε ένα λιβάδι, μπροστά σε ένα θαυμάσιο ηλιοβασίλεμα. Ας υποθέσουμε ότι ο ένας είναι γεωργός που δεν είχε ποτέ τη συνήθεια να παρατηρεί τη φύση παρά μόνο σε σχέση με τις σοδιές του, που κοίταζε τον ουρανό μόνο για να δει αν προμηνύεται βροχή ή λιακάδα, μη ενδιαφερόμενος καθόλου για τις όψεις του παρά μόνο όσο επηρεάζουν την επιδίωξη και την ασχολία του. Ας υποθέσουμε τώρα ότι ο δεύτερος είναι ένας καλλιτέχνης, ένας προικισμένος ζωγράφος, γεμάτος αγάπη για την ομορφιά και μαθημένος να βλέπει και να χαιρέται κάθε απόχρωση και τόνο χρώματος. Το φυσικό, αστρικό και νοητικό σώμα του αγρότη βρίσκονται όλα μπροστά στο έξοχο ηλιοβασίλεμα και όλοι οι κραδασμοί που προκαλούνται απ' αυτό, επενεργούν πάνω στους φορείς της συνειδησής του. Βλέπει διαφορετικά χρώματα στον ουρανό και παρατηρεί ότι υπάρχει πολύ κόκκινο που υπόσχεται μια θαυμάσια αυριανή μέρα, καλή ή κακή για τις σοδιές του, ανάλογα με την περίπτωση. Αυτό είναι το μόνο που αποκομίζει. Το φυσικό, αστρικό και νοητικό σώμα του ζωγράφου εκτίθενται στους ίδιους ακριβώς παλμούς με του αγρότη, αλλά πόσο διαφορετικό είναι το αποτέλεσμα! Το λεπτό υλικό των σωμάτων του αναπαράγει ένα εκατομμύριο κραδασμούς υπερβολικά γρήγορους και λεπτούς για να κινήσουν το χονδροειδές υλικό του άλλου. Επομένως η δική του εικόνα του ηλιοβασιλέματος είναι εντελώς διαφορετική από την εικόνα που δημιουργήθηκε στο γεωργό. Οι λεπτές αποχρώσεις

των χρωμάτων, το ένα χρώμα που διαλύεται μέσα στο άλλο, το διαφανές γαλάζιο και ροζ και το απαλό πράσινο φωτισμένο με χρυσές λάμπεις και διασπαρμένο από ένα αυτοκρατορικό κόκκινο — όλα αυτά δοκιμάζονται με παρατεταμένη χαρά, μια έκσταση αισθητικής απόλαυσης. Όλα τα λεπτότερα συναισθήματα ξυπνούν, αγάπη και θαυμασμός που συγχωνεύονται με σεβασμό και χαρά για το γεγονός ότι μια τέτοια ομορφιά μπορεί και υπάρχει: οι πιο εμπνευσμένες ιδέες εμφανίζονται, καθώς το νοητικό σώμα τροποποιείται κάτω από τους κραδασμούς που επενεργούν πάνω του στο νοητικό πεδίο από τις νοητικές όψεις του ηλιοβασιλέματος. Η διαφορά των εικόνων δεν οφείλεται σε εξωτερική αιτία, αλλά σε εσωτερική δεκτικότητα. Δε βρίσκεται στο εξωτερικό, αλλά στην ικανότητα για ανταπόκριση. Δε βρίσκεται στο Μη - Εαυτό, αλλά στον Εαυτό και στα περιβλήματά του. Το αποτέλεσμα παράγεται σύμφωνα μ' αυτές τις διαφορές: πόσο λίγα πράγματα κυλούν στον έναν, και πόσα πολλά στον άλλον!

Εδώ βλέπουμε με εκπληκτική δύναμη τη σημασία της εξέλιξης του Γνώστη. Ένα σύμπαν ομορφιάς μπορεί να βρίσκεται γύρω μας, που τα κύματά του επενεργούν πάνω μας από κάθε μεριά, και όμως μπορεί να είναι ανύπαρκτο για μας. Καθετί που υπάρχει στον νου του Λόγου του συστήματός μας, επενεργεί αυτή τη στιγμή πάνω στα σώματά μας. Το πόσα πολλά μπορούμε να συλλάβουμε, σημειώνει το στάδιο της εξέλιξής μας. Αυτό που απαιτείται για την ανάπτυξη δεν είναι μια αλλαγή έξω από μας, αλλά μια αλλαγή μέσα μας. Ήδη μας δίνονται τα πάντα, αλλά πρέπει να αναπτύξουμε την ικανότητα να συλλαμβάνουμε.

Απ' αυτά που μόλις είπαμε συμπεραίνεται ότι ένα στοιχείο στην καθαρή σκέψη είναι η ακριβής παρατή-

ρηση. Πρέπει να αρχίσουμε αυτή την εργασία στο φυσικό πεδίο, όπου τα σώματά μας έρχονται σε επαφή με το Μη - Εαυτό. Ανερχόμαστε προς τα πάνω και όλη η εξέλιξη αρχίζει στο κατώτερο πεδίο και περνάει στο ανώτερο. Στο κατώτερο αγγίζουμε πρώτα τον εξωτερικό κόσμο και από δω οι κραδασμοί περνούν προς τα πάνω — ή προς τα μέσα — διεγείροντας τις εσωτερικές ικανότητες.

Η ακριβής παρατήρηση, λοιπόν, είναι μιά ικανότητα που πρέπει αναμφίβολα να καλλιεργηθεί. Οι περισσότεροι άνθρωποι περνούν από τον κόσμο με τα μάτια μισόκλειστα, και αυτό μπορούμε να το ελέγξουμε και στον εαυτό μας, αν αναρωτηθούμε τι παρατηρήσαμε ενώ περνούσαμε από ένα δρόμο. Μπορούμε να ρωτήσουμε: «Τι παρατήρησα καθώς κατέβαινα αυτό το δρόμο;» Πολλοί άνθρωποι δε θα έχουν παρατηρήσει σχεδόν τίποτα, μη έχοντας σχηματίσει καθαρές εικόνες. Άλλοι θα έχουν παρατηρήσει λίγα πράγματα και μερικοί θα έχουν παρατηρήσει πολλά. Αναφέρεται ότι ο Χουντίνι εκπαίδευσε το παιδί του να παρατηρεί τα περιεχόμενα των καταστημάτων που περνούσε καθώς περιδιάβαινε στους δρόμους του Λονδίνου, μέχρις ότου μπορούσε να αναφέρει ολόκληρο το περιεχόμενο ενός καταστήματος μπροστά απ' το οποίο είχε περάσει χωρίς να σταματήσει, αλλά ρίχνοντας μόνο μιά απλή ματιά. Ένα φυσιολογικό παιδί είναι παρατηρητικό και ανάλογο με το βαθμό της ικανότητάς του για παρατήρηση, είναι και το μέτρο της νοημοσύνης του. Στον κοινό άνθρωπο η συνήθεια της καθαρής, γρήγορης παρατήρησης βρίσκεται στη ρίζα της καθαρής σκέψης. Εκείνοι που σκέπτονται πολύ συγχυσμένα, είναι συνήθως εκείνοι που παρατηρούν με λιγότερη ακρίβεια: εκτός όταν η διάνοια είναι πολύ ανεπτυγμένη και στρέφεται από συνήθεια προς τα μέσα και τα σώματα

δεν έχουν εκπαιδευτεί στη μέθοδο που αναφέρουμε παρακάτω.

Αλλά η απάντηση στην παραπάνω ερώτηση μπορεί να είναι: «Σκεφτόμουν κάτι άλλο και γιαυτό δεν παρατήρησα». Και η απάντηση είναι σωστή, αν αυτός που απαντάει σκεφτόταν κάτι πιο σημαντικό από την εκπαίδευση του νοητικού σώματος και από τη δύναμη της προσοχής με την προσεκτική παρατήρηση. Ένα τέτοιο άτομο έχει δίκιο στην έλλειψη της παρατήρησης. Αλλά αν αυτός που απαντάει απλώς ονειροπολούσε, περιπλανώμενος άσκοπα, τότε έχασε το χρόνο του πολύ περισσότερο απ' ό,τι αν είχε στρέψει την ενέργειά του προς τα έξω.

Ένας άνθρωπος βαθιά βυθισμένος σε σκέψη δεν παρατηρεί τα περαστικά αντικείμενα, στραμμένος προς τα μέσα και όχι προς τα έξω, και δεν προσέχει αυτό που συμβαίνει μπροστά του. Ίσως γι' αυτόν να μην αξίζει σ' αυτή τη ζωή να εκπαιδεύσει τα σώματά του ώστε να κάνουν ημι-ανεξάρτητες παρατηρήσεις, γιατί ο υψηλά εξελιγμένος και ο μερικά αναπτυγμένος χρειάζονται διαφορετική εκπαίδευση.

Αλλά πόσα από τα μη παρατηρητικά άτομα είναι «βαθιά βυθισμένα σε σκέψη»; Στο νου των περισσών ατόμων το μόνο που συμβαίνει είναι ένα αργό κοίταγμα σε οποιαδήποτε σκεπτο-εικόνα συμβαίνει να εμφανίζεται, ένα ανακάτεμα των περιεχομένων του νου με άσκοπο τρόπο, όπως μια αργόσχολη γυναίκα ανακατεύει το περιεχόμενο της ντουλάπας ή της κοσμηματοθήκης της. Αυτό δεν είναι σκέψη γιατί, όπως είδαμε, σκέψη σημαίνει την εγκαθίδρυση σχέσεων, την προσθήκη κάποιου που δεν υπήρχε προηγουμένα. Στη σκέψη η προσοχή του Γνώστη κατευθύνεται σκόπιμα στις σκεπτο-εικόνες και ασκείται ενεργό πάνω τους.

Η ανάπτυξη, λοιπόν, της συνήθειας της παρατήρησης είναι μέρος της εκπαίδευσης του νου και εκείνοι που την ασκούν, βλέπουν ότι ο νους γίνεται καθαρότερος, αυξάνει σε ικανότητα και γίνεται πιο εύχρηστος, έτσι ώστε μπορούν να τον κατευθύνουν πάνω σε οποιοδήποτε αντικείμενο πολύ καλύτερα απ' ό,τι μπορούσαν να το κάνουν προηγουμένα. Τώρα, αυτή η ικανότητα της παρατήρησης μόλις εγκαθιδρυθεί οριστικά, εργάζεται αυτόματα και το νοητικό και τα άλλα σώματα καταγράφουν εικόνες που είναι προσιτές αν ζητηθούν αργότερα, χωρίς να επικαλούνται εκείνη τη στιγμή την προσοχή του κυρίου τους. Έτσι δε χρειάζεται πια η προσοχή του ατόμου να κατευθύνεται προς τα αντικείμενα που παρουσιάζονται στα αισθητήρια όργανα, προκειμένου η εντύπωση αυτών των αντικειμένων να δημιουργηθεί και να διατηρηθεί. Ένα συνηθισμένο αλλά σημαντικό παράδειγμα αυτού του είδους έτυχε να συμβεί σε μένα την ίδια. Όταν ταξίδευα στην Αμερική, μια μέρα δημιουργήθηκε το ερώτημα σχετικά με τον αριθμό μηχανής του τραίνου με το οποίο ταξιδεύαμε. Ο αριθμός παρουσιάστηκε αμέσως στο νου μου, αλλά αυτό κατά καμιά έννοια δεν ήταν περίπτωση διόρασης. Γιατί για τη διορατική αντίληψη θα ήταν απαραίτητο να είχα αναζητήσει το τράινο και να είχα ψάξει για τον αριθμό. Χωρίς καμιά συνειδητή δράση από μέρους μου, τα αισθητήρια όργανα, οι αισθήσεις και ο νους είχαν παρατηρήσει και καταγράψει τον αριθμό καθώς το τράινο έμπαινε στο σταθμό και όταν ζητήθηκε ο αριθμός αμέσως ξεπήδησε η εικόνα του ερχόμενου τραίνου με τον αριθμό του μπροστά σ'τή μηχανή. Η ικανότητα αυτή, όταν εγκαθιδρυθεί, είναι χρήσιμη, γιατί σημαίνει ότι, αν και τα πράγματα που πέρασαν γύρω σας δεν προσέλκυσαν την προσοχή σας εκείνη τη στιγμή, παρ' όλα αυτά μπο-



ρείτε να τα ανακαλέσετε κοιτάζοντας στο αρχείο που το νοητικό, το αστρικό και το φυσικό σώμα έφτιαξαν για λογαριασμό τους.

Όμως αυτή η αυτόματη δραστηριότητα του νοητικού σώματος, έξω από τη συνειδητή δραστηριότητα του Τζίβα, συνεχίζεται σε όλους μας πιο εκτεταμένα απ' όσο υποθέτουμε γιατί έχει βρεθεί πως, όταν ένα άτομο υπνωτίζεται, αναφέρει ένα σωρό μικρά γεγονότα που συνέβησαν χωρίς να διεγείρουν την προσοχή του. Οι εντυπώσεις αυτές φτάνουν στο νοητικό σώμα μέσω του εγκέφαλου και εντυπώνονται τόσο στον δεύτερο όσο και στο πρώτο. Έτσι στο νοητικό σώμα φτάνουν πολλές εντυπώσεις που δεν είναι αρκετά βαθιές, ώστε να εισέλθουν στη συνείδηση — όχι γιατί η συνείδηση δεν μπορεί να τις αναγνωρίσει, αλλά γιατί δεν είναι κανονικά αρκετά ξύπνια, ώστε να παρατηρήσει τίποτα άλλο εκτός από τις βαθύτερες εντυπώσεις. Στην υπνωτική έκταση, στο ντελίριουμ, στα φυσικά όνειρα, όταν ο Τζίβα άπουσιάζει, ο εγκέφαλος υποχωρεί σ' αυτές τις εντυπώσεις που συνήθως καταβάλλονται από τις πολύ πιο ισχυρές εντυπώσεις που δέχεται και δημιουργεί ο ίδιος ο Τζίβα. Αλλά αν ο νους έχει εκπαιδευτεί να παρατηρεί και να καταγράφει, τότε ο Τζίβα μπορεί, αν το θέλει, να ξαναπάρει απ' αυτόν τις εντυπώσεις που δημιουργήθηκαν έτσι.

Αν, λοιπόν, δύο άτομα περπατούν σε ένα δρόμο, το ένα εκπαιδευμένο στην παρατήρηση και το άλλο όχι, και τα δύο θα δεχτούν έναν αριθμό εντυπώσεων και κανένα τους δε θα έχει εκείνη τη στιγμή συνείδηση αυτής της λήψης. Αλλά ύστερα ο εκπαιδευμένος παρατηρητής θα είναι σε θέση να ξαναθυμηθεί αυτές τις εντυπώσεις, ενώ ο άλλος δε θα μπορεί. Επειδή αυτή η ικανότητα βρίσκεται στη ρίζα της καθαρής σκέψης, όσοι επιθυμούν να καλλιεργήσουν και να ελέγ-

ξουν τη δύναμη της σκέψης, θα κάνουν καλά να καλλιεργήσουν τη συνήθεια της παρατήρησης και να θυσιάσουν την απλή ευχαρίστηση της αργόσχολης περιπλάνησης σε οποιοδήποτε μέρος μπορεί να τους μεταφέρει το ρεύμα της φαντασίας.

## Η ΕΞΕΛΙΞΗ ΤΩΝ ΝΟΗΤΙΚΩΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΩΝ

Καθώς οι εικόνες συσσωρεύονται, το έργο του Γνώστη γίνεται πιο περίπλοκο και η δραστηριότητά του πάνω τους ενισχύει τη μια μετά την άλλη τις ικανότητες που είναι έμφυτες στη θεία του φύση. Δεν αποδέχεται πια τον εξωτερικό κόσμο στην απλή σχέση του με τον εαυτό του, σαν περιέχοντα αντικείμενα που προκαλούν στον ίδιο ευχαρίστηση ή πόνο. Αλλά τακτοποιεί τη μια δίπλα στην άλλη τις εικόνες που του παρουσιάζονται, τις μελετάει στις διάφορες όψεις τους, τις μετατοπίζει και τις επανεξετάζει. Αρχίζει επίσης να τακτοποιεί και τις δικές του παρατηρήσεις. Όταν μια εικόνα φέρνει μια άλλη, παρατηρεί τη σειρά της διαδοχής τους. Όταν μια δεύτερη έχει ακολουθήσει την πρώτη πολλές φορές, αρχίζει να ψάχνει για τη δεύτερη όταν εμφανίζεται η πρώτη, και έτσι τις συνδέει και τις δύο μαζί. Αυτή είναι η πρώτη του προσπάθεια για λογική σκέψη και εδώ έχουμε πάλι το κάλεσμα μιάς έμφυτης λειτουργίας. Ισχυρίζεται ότι επειδή το Α και το Β εμφανίζονται πάντα διαδοχικά, γ ι α υ τ ό όταν εμφανίζεται το πρώτο θα εμφανιστεί και το δεύτερο. Επειδή αυτή η πρόβλεψη επιβεβαιώνεται συνεχώς, φτάνει στο σημείο να τα συνδέσει μαζί σαν «αιτία» και «αποτέλεσμα» και πολλά από τα πρώτα λάθη του οφείλονται σε μια υπερβολικά βιαστική εγκαθίδρυση αυτής της σχέσης. Ακόμα, τοποθετώντας διάφορες εικόνες δίπλα - δίπλα, παρατηρεί τις ομοιό-

τητες και ανομοιότητές τους και αναπτύσσει μια ικανότητα σύγκρισης. Διαλέγει τη μια ή την άλλη σαν ευχάριστη και κινεί το σώμα σε αναζήτησή της στον εξωτερικό κόσμο, αναπτύσσοντας κρίση απ' αυτές τις επιλογές και τα επακόλουθά τους. Αναπτύσσει μια αίσθηση αναλογίας σε σχέση με την αρέσκεια και απaréσκεια και ταξινομεί αντικείμενα στα οποία κυριαρχεί η αρέσκεια, χωρίζοντάς τα από άλλα όπου κυριαρχεί η απaréσκεια. Και εδώ επίσης κάνει πολλά λάθη που τα διορθώνει με μετέπειτα παρατηρήσεις, επειδή στην αρχή παραπλανιέται εύκολα από τις επιφανειακές ομοιότητες.

Έτσι η παρατήρηση, η διάκριση, η λογική, η σύγκριση, η κρίση αναπτύσσονται η μια μετά την άλλη και αυτές οι λειτουργίες αυξάνουν με την άσκηση και έτσι η όψη του Εαυτού σαν Γνώση εξελίσσεται με τη δραστηριότητα των σκέψεων, με τη δράση και την αντίδραση που επαναλαμβάνονται συνεχώς ανάμεσα στον Εαυτό και το Μη-Εαυτό.

Για να επισπεύσουμε την εξέλιξη αυτών των λειτουργιών πρέπει να τις ασκούμε σκόπιμα και συνειδητά, χρησιμοποιώντας τις περιστάσεις της καθημερινής ζωής σαν ευκαιρίες για να τις αναπτύξουμε. Όπως ακριβώς είδαμε ότι η ικανότητα της παρατήρησης μπορεί να εξασκηθεί στην καθημερινή ζωή, έτσι μπορούμε να συνηθίσουμε να διακρίνουμε τα σημεία της ομοιότητας και ανομοιότητας στα αντικείμενα γύρω μας, να βγάζουμε συμπεράσματα και να τα ελέγχουμε με γεγονότα, να συγκρίνουμε, να κρίνουμε και όλα αυτά συνειδητά και με κάποιο σκοπό. Η δύναμη της σκέψης αυξάνεται γρήγορα κάτω απ' αυτή τη σκόπιμη άσκηση και γίνεται ένα πράγμα που ασκείται συνειδητά και που το νιώθουμε σαν συγκεκριμένο απόκτημα.

## Η ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΤΟΥ ΝΟΥ

Το να εκπαιδεύσουμε το νου προς μια οποιαδήποτε κατεύθυνση σημαίνει, ως ένα βαθμό, να τον εκπαιδεύσουμε ολοκληρωτικά, γιατί κάθε καθορισμένο είδος εκπαίδευσης οργανώνει το νοητικό υλικό από το οποίο αποτελείται το νοητικό σώμα και επίσης βγάζει στην επιφάνεια μερικές από τις ικανότητες του Γνώστη. Η αυξανόμενη δεξιοτεχνία μπορεί να κατευθυνθεί προς οποιαδήποτε επιδίωξη και είναι προσιτή για κάθε σκοπό. Ένας εκπαιδευμένος νους μπορεί να εφαρμοστεί σε ένα καινούργιο θέμα και θα καταπιαστεί μ' αυτό και θα το κυριαρχήσει με έναν τρόπο αδύνατο για τον ανεκπαιδευτο, και αυτή είναι η χρησιμότητα της εκπαίδευσης.

Αλλά θα πρέπει πάντα να θυμόμαστε ότι η εκπαίδευση του νου δε σημαίνει να τον παραγεμίζουμε με γεγονότα, αλλά να φέρνουμε στην επιφάνεια τις ικανότητές τους. Ο νους δεν αναπτύσσεται όταν μπουκνώνεται με τις σκέψεις των άλλων, αλλά ασκώντας τις δικές του λειτουργίες. Λέγεται για τους μεγάλους Δασκάλους που βρίσκονται επικεφαλής της ανθρώπινης εξέλιξης ότι γνωρίζουν καθετί που υπάρχει μέσα στο ηλιακό σύστημα. Αυτό δε σημαίνει ότι κάθε γεγονός-μέσα σ' αυτό βρίσκεται πάντα στη συνειδησή τους, αλλά ότι έχουν τόσο αναπτύξει την όψη της Γνώσης μέσα τους, ώστε κάθε φορά που στρέφουν την προσοχή τους σε οποιαδήποτε κατεύθυνση γνωρίζουν το αντικείμενο προς το οποίο στρέφεται. Αυτό είναι ένα πράγμα πολύ πιο ανώτερο από το στοίβαγμα στο νου ενός αριθμού γεγονότων, όπως είναι πολύ πιο ανώτερο να βλέπεις κάθε αντικείμενο στο οποίο στρέφεται το μάτι, παρά να είσαι τυφλός και να το γνωρίζεις από τις περιγραφές που σου δίνουν οι άλλοι. Η εξέλιξη του

νου μετριέται όχι από τις εικόνες που περιέχει, αλλά από την ανάπτυξη της φύσης που είναι γνώση, την ικανότητα να αναπαράγει μέσα του οτιδήποτε του παρουσιάζεται. Αυτή η ικανότητα θα αποδειχτεί το ίδιο χρήσιμη σε οποιοδήποτε άλλο σύμπαν όπως και σ' αυτό και από τη στιγμή που θα κερδηθεί είναι δική μας, για να τη χρησιμοποιήσουμε οπουδήποτε βρεθούμε.

### ΣΥΝΑΝΑΣΤΡΟΦΗ ΜΕ ΑΝΩΤΕΡΟΥΣ

Τώρα αυτό το έργο της εκπαίδευσης του νου μπορεί να προωθηθεί πολύ περισσότερο, αν έρθουμε σε επαφή με κείνους που είναι πολύ πιο εξελιγμένοι από μας τους ίδιους. Ένας στοχαστής που είναι ισχυρότερος από μας μπορεί να μας βοηθήσει υλικά, γιατί εκπέμπει κραδασμούς μιας ανώτερης τάξης από κείνους που μπορούμε εμείς να δημιουργήσουμε. Ένα κομμάτι σίδηρο πεσμένο στο έδαφος δεν μπορεί να αρχίσει να στέλνει από μόνο τους κραδασμούς θερμότητας· αλλά, αν τύχει να τοποθετηθεί κοντά σε μια φωτιά, μπορεί να ανταποκριθεί στους κραδασμούς θερμότητας της φωτιάς και έτσι να πυρακτωθεί. Όταν πλησιάζουμε έναν ισχυρό στοχαστή οι κραδασμοί του επενεργούν πάνω στο νοητικό μας σώμα και προκαλούν σ' αυτό αντίστοιχους κραδασμούς, έτσι ώστε κραδαινόμεστε παρόμοια μ' αυτόν. Για λίγο νιώθουμε ότι η νοητική μας ικανότητα αυξάνεται και είμαστε ικανοί να συλλάβουμε ιδέες που κανονικά θα μας ξέφευγαν. Αλλά όταν βρισκόμαστε πάλι μόνοι, βλέπουμε ότι αυτές οι ίδιες ιδέες θολές και συγχυσμένες.

Οι άνθρωποι ακούν μια ομιλία και την παρακολουθούν νοητικά, κατανοώντας προς στιγμή τις διδασκαλίες που μεταδίδει. Φεύγουν ικανοποιημένοι, νιώθοντας ότι κέρδισαν ουσιαστικά σε γνώση. Την επόμενη

μέρα, επιθυμώντας να μοιραστούν με κάποιο φίλο τους αυτό που κέρδισαν, ανακαλύπτουν με μεγάλη απογοήτευση ότι δεν μπορούν να αναπαράγουν τις ιδέες που τους φαίνονταν τόσο σαφείς και φωτεινές. Συχνά αναφωνούν ανυπόμονα: «Είμαι σίγουρος ότι το ξέρω· το έχω στο μυαλό μου, αν μπορούσα μόνο να το πιάσω». Το αίσθημα αυτό προέρχεται από την ανάμνηση των κραδασμών που δοκίμασαν τόσο το νοητικό σώμα όσο και ο Τζίβα. Υπάρχει η συνείδηση ότι αναγνώρισε τις ιδέες, η μνήμη των μορφών που πήραν και το αίσθημα ότι αφού δημιουργήθηκαν η αναπαραγωγή τους θα πρέπει να είναι εύκολη. Αλλά την προηγούμενη μέρα εκείνο που σχημάτισε τις μορφές που πήρε το νοητικό σώμα, ήταν οι πανίσχυροι κραδασμοί του ισχυρού στοχαστή· είχαν διαμορφωθεί από τα έξω και όχι από τα μέσα. Το αίσθημα της ανικανότητας που δοκιμάζεται στην προσπάθεια να τις αναπαράγουμε, σημαίνει ότι ο σχηματισμός αυτός πρέπει να γίνει αρκετές φορές πριν αποκτήσουμε αρκετή δύναμη ώστε να αναπαράγουμε αυτές τις μορφές με αυτοπροκαλούμενους κραδασμούς. Ο Γνώστης πρέπει να έχει κραδανθεί μ' αυτούς τους ανώτερους τρόπους αρκετές φορές πριν μπορέσει να αναπαράγει τους κραδασμούς κατά βούληση. Χάρη στη δική του έμφυτη φύση, μπορεί να αναπτύξει την ικανότητα μέσα του να τους αναπαράγει, όταν έχει αναγκαστεί αρκετές φορές να ανταποκριθεί από εξωτερικές ωθήσεις. Η ικανότητα και στους δυό Γνώστες είναι η ίδια, αλλά ο ένας την έχει αναπτύξει, ενώ στον άλλο είναι λανθάνουσα. Βγήκε από τη λανθάνουσα κατάσταση εξαιτίας της επαφής με μια ήδη ενεργό παρόμοια ικανότητα, και έτσι ο ισχυρός επιταχύνει την εξέλιξη του αδύνατου.

Εδώ βρίσκεται μια από τις αξίες της συναναστρο-

φής με άτομα πιο προχωρημένα από μας. Ευεργετούμαστε από την επαφή τους και αναπτυσσόμαστε κάτω από τη διεγερτική τους επίδραση. Έτσι ένας αληθινός Δάσκαλος βοηθάει τους μαθητές του πολύ περισσότερο κρατώντας τους κοντά του, παρά με οποι-αδήποτε λόγια.

Γι' αυτού του είδους την επιρροή, η άμεση προσωπική επαφή προσφέρει το πιο αποτελεσματικό κανάλι. Αλλά αν δεν υπάρχει αυτό, ή σε συνδυασμό, πολλά μπορούν επίσης να κερδηθούν από βιβλία, αν τα βιβλία διαλεχτούν σωστά. Διαβάζοντας το έργο ενός πραγματικά μεγάλου συγγραφέα, πρέπει να προσπαθήσουμε προς στιγμή να βάλουμε τον εαυτό μας σε αρνητική ή δεκτική κατάσταση, ώστε να δεχτούμε όσο γίνεται περισσότερους από τους κραδασμούς της σκέψης του. Όταν διαβάζουμε τις λέξεις, πρέπει να στεκόμαστε σ' αυτές, να συλλογίζομαστε πάνω τους προσπαθώντας να αισθανθούμε τη σκέψη που μερικά εκφράζουν, και να βγάλουμε απ' αυτές όλες τις κρυμμένες σχέσεις τους. Η προσοχή μας πρέπει να είναι συγκεντρωμένη, ώστε να διεισδύσουμε στο νου του συγγραφέα μέσα από το πέπλο των λέξεών του. Ένα τέτοιο διάβασμα χρησιμεύει σαν μια εκπαίδευση και προωθεί τη νοητική μας εξέλιξη. Το λιγότερο επίπονο διάβασμα μπορεί να χρησιμεύει σαν μια ευχάριστη απασχόληση, μπορεί να γεμίζει το νου μας με χρήσιμα γεγονότα και έτσι να βοηθάει στη χρησιμότητά μας. Αλλά ένα διάβασμα σαν εκείνο που περιγράψαμε πιο πάνω, αποτελεί μια διέγερση για την εξέλιξή μας και δε θα πρέπει να παραμελείται από κείνους που ζητούν να αναπτυχθούν προκειμένου να υπηρετήσουν.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ VII

### ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ

ΕΛΑΧΙΣΤΑ πράγματα εκτός από τη συγκέντρωση καταπονούν περισσότερο τις ικανότητες του σπουδαστή που αρχίζει να εκπαιδεύει το νου του. Στα πρώτα στάδια της δραστηριότητας του νου η πρόοδος εξαρτάται από τις γρήγορες κινήσεις του, από την επαγρύπνισή του, από την ετοιμότητά του να δέχεται ωθήσεις από τη μια αίσθηση μετά την άλλη, στρέφοντας την προσοχή του γρήγορα από το ένα στο άλλο. Η μεταβλητότητα είναι κείνο το στάδιο μια πολύ χρήσιμη ιδιότητα και η συνεχής στροφή της προσοχής προς τα έξω είναι απαραίτητη για την πρόοδο. Όταν ο νους συγκεντρώνει υλικό για σκέψη, η υπερβολική κινητικότητα είναι ένα προτέρημα και για πολλούς σε αρκετές ζωές ο νους αναπτύσσεται μέσα απ' αυτή την κινητικότητα και την αυξάνει με την άσκηση. Το στάματημα αυτής της συνήθειας να τρέχει προς τα έξω, προς κάθε κατεύθυνση, η επιβολή μιας σταθερής προσοχής σε ένα μόνο σημείο — αυτή η αλλαγή έρχεται φυσικά με ένα τράνταγμα και ένα σοκάρισμα και ο νους τσινάει άγρια σαν ένα ατίθασο άλογο που νιώθει για πρώτη φορά το χαλινάρι.

Είδαμε ότι το νοητικό σώμα παίρνει το σχήμα των εικόνων των αντικειμένων προς τα οποία κατευθύνεται η προσοχή. Ο Πατάντζαλι μιλάει για το σταμάτημα των τροποποιήσεων του σκεπτόμενου στοιχείου, δηλαδή το σταμάτημα αυτών των συνεχώς μεταβαλλόμε-

νων αναδημιουργιών του εξωτερικού κόσμου. Όσον αφορά τη μορφή, συγκέντρωση είναι το σταμάτημα των συνεχώς μεταβαλλόμενων τροποποιήσεων του νοητικού σώματος και το να κρατιέται αυτό διαμορφωμένο σε μια εικόνα. Όσον αφορά το Γνώστη, συγκέντρωση είναι η κατεύθυνση της προσοχής σταθερά σ' αυτή τη μορφή, ώστε να την αναπαράγει τέλεια μέσα του.

Στη συγκέντρωση η συνείδηση κρατιέται πάνω σε μία μόνο εικόνα· ολόκληρη η προσοχή του Γνώστη σταθεροποιείται σε ένα μόνο σημείο, χωρίς να ταλαντεύεται ή να παρεκκλίνει. Ο γους —που τρέχει συνεχώς από το ένα πράγμα στο άλλο, ελκόμενος από εξωτερικά αντικείμενα και παίρνοντας το σχήμα του καθενός με γρήγορη διαδοχή— ελέγχεται, συγκρατείται και αναγκάζεται από τη θέληση να παραμείνει σε μία μορφή, να πάρει το σχήμα μίας εικόνας, αδιαφορώντας για όλες τις εντυπώσεις που δέχεται.

Τώρα, όταν ο νους διατηρεί μ' αυτό τον τρόπο το σχήμα μίας εικόνας και ο Γνώστης στοχάζεται σταθερά πάνω της, αποκτά μια πολύ πιο πλήρη γνώση του αντικειμένου, απ' ό,τι θα μπορούσε να αποκτήσει με οποιαδήποτε προφορική περιγραφή του. Η ιδέα μας για έναν πίνακα ή ένα τοπίο είναι πολύ πιο πλήρης όταν τα έχουμε δει, παρά αν έχουμε απλώς διαβάσει ή έχουμε ακούσει να τα περιγράφουν. Και όταν συγκεντρωνόμαστε σε μια τέτοια περιγραφή, η εικόνα σχηματίζεται στο νοητικό σώμα και αποκτούμε μια πληρέστερη γνώση της, απ' ό,τι θα αποκτούσαμε διαβάζοντας απλώς τα λόγια. Οι λέξεις είναι σύμβολα πραγμάτων και η συγκέντρωση πάνω στο γενικό περιγραμμά ενός πράγματος, που προκαλείται από μια λέξη που το περιγράφει, συμπληρώνει όλο και περισσότερες λεπτομέρειες καθώς η συνείδηση έρχεται όλο

και πιο στενά σε επαφή με το πράγμα που περιγράφεται.

Πρέπει να θυμόμαστε ότι η συγκέντρωση δεν είναι μία κατάσταση παθητικότητας, αλλά αντίθετα μία κατάσταση έντονης και ρυθμισμένης δραστηριότητας. Αντιπροσωπεύει, στο νοητικό κόσμο, τη συστολή των μυών για ένα τίναγμα στο φυσικό κόσμο, ή την ενίσχυσή τους για την αντιμετώπιση μιάς διαρκούς έντασης. Πράγματι αυτή η ένταση πάντα εμφανίζεται με μια αντίστοιχη φυσική ένταση στους αρχάριους και η άσκηση της συγκέντρωσης ακολουθείται από φυσική κούραση —κούραση των μυών και όχι μόνο του νευρικού συστήματος. Όπως η σταθερή εστίαση του ματιού πάνω σε ένα αντικείμενο μας παρέχει τη δυνατότητα να παρατηρήσουμε τις λεπτομέρειές του, που περνούν απαρατήρητες με μία βιαστική ματιά, έτσι και η συγκέντρωση μας κάνει ικανούς να παρατηρήσουμε τις λεπτομέρειες μιας ιδέας. Και καθώς αυξάνουμε την ένταση της συγκέντρωσης, προσλαμβάνουμε περισσότερα κάθε φορά, όπως ένας δρομέας περνάει περισσότερα αντικείμενα μέσα σε ένα λεπτό απ' ό,τι κάποιος που περπατάει. Ο περιπατητής θα ξοδέψει την ίδια ακριβώς ποσότητα μυικής ενέργειας με το δρομέα περνώντας είκοσι αντικείμενα, αλλά το γρηγορότερο ξόδεμα της ενέργειας αντιστοιχεί στο συντομότερο χρόνο του περάσματος.

Στην αρχή της συγκέντρωσης πρέπει να ξεπεραστούν δυο δυσκολίες. Πρώτο, η αδιαφορία για τις εντυπώσεις που συνεχώς δέχεται ο νους. Το νοητικό σώμα πρέπει να εμποδιστεί να απαντήσει σ' αυτές τις επαφές και η τάση για ανταπόκριση σ' αυτές τις εξωτερικές εντυπώσεις πρέπει να συγκρατηθεί. Αλλά αυτό απαιτεί τη μερική κατεύθυνση της προσοχής προς την ίδια την αντίσταση και όταν η τάση για ανταπό-

κριση υπερνικηθεί, τότε και η ίδια η αντίσταση πρέπει να πάψει: απαιτείται τέλεια ισορροπία, ούτε αντίσταση ούτε μη αντίσταση, αλλά μιά σταθερή αταραξία τόσο δυνατή, ώστε τα κύματα από τα έξω να μην προκαλούν κανένα αποτέλεσμα, ούτε ακόμα και το δευτερεύον αποτέλεσμα της συνειδησης κάποιου πράγματος που πρέπει να συγκρατηθεί.

Δεύτερο, ο ίδιος ο νους πρέπει, για την ώρα, να συγκρατεί σαν μόνη εικόνα το αντικείμενο της συγκέντρωσης. Πρέπει όχι μόνο να αρνηθεί να τροποποιηθεί σε ανταπόκριση προς εξωτερικές ωθήσεις, αλλά πρέπει ακόμα να σταματήσει τη δική του εσωτερική δραστηριότητα με την οποία συνεχώς επαναδιευθετεί τα περιεχόμενά του σκεπτόμενος πάνω σ' αυτά, εγκαθιδρύοντας νέες σχέσεις, ανακαλύπτοντας κρυμμένες ομοιότητες και ανομοιότητες. Τώρα πρέπει να περιορίσει την προσοχή του σε ένα μόνο αντικείμενο, να σταθεροποιηθεί πάνω του. Φυσικά δε σταματάει τη δραστηριότητά του, αλλά την κατευθύνει όλη σε ένα μόνο κανάλι. Το νερό που κυλάει πάνω σε μιά επιφάνεια φαρδιά σε σύγκριση με την ποσότητα του νερού θα έχει μικρή κινητήρια δύναμη. Το ίδιο νερό αν σταλεί σε ένα στενό κανάλι, με την ίδια αρχική ώθηση, θα παρασύρει ένα εμπόδιο. Εδώ βρίσκεται και η αξία της «εστίασης» πάνω στην οποία τόσο συχνά επιμένουν οι δάσκαλοι του διαλογισμού. Χωρίς να προστεθεί τίποτα στη δύναμη του νου, η αποτελεσματικότητα του δύναμη αυξάνεται άπειρα. Ο ατμός που αφήνεται να ξεχύνεται στον ελεύθερο αέρα δε βγάζει ούτε ένα κουνούπι απ' το δρόμο του, αλλά ο ίδιος ατμός μέσα από ένα σωλήνα μπορεί να κινήσει ένα έμβολο. Αυτή η επιβολή της εσωτερικής αταραξίας είναι ακόμα πιά δύσκολη από την αδιαφορία για τις εξωτερικές επιδράσεις, έχοντας σχέση με τη δική της βαθύτερη και

πληρέστερη ζωή. Το να στρέψουμε την πλάτη στον εξωτερικό κόσμο είναι πιά εύκολο από το να ηρεμήσουμε τον εσωτερικό, γιατί αυτός ο εσωτερικός κόσμος ταυτίζεται περισσότερο με τον Εαυτό και, πράγματι, για τους περισσότερους ανθρώπους στο παρόν στάδιο της εξέλιξης, αντιπροσωπεύει το «εγώ». Έτσι η ίδια η προσπάθεια να ηρεμήσουμε το νου προκαλεί σύντομα ένα περαιτέρω βήμα στην εξέλιξη της συνειδησης, γιατί αμέσως νιώθουμε ότι ο Κυβερνήτης και ο κυβερνώμενος δεν μπορεί να είναι ένα και ενστικτώδικα ταυτίζουμε τον εαυτό μας με τον Κυβερνήτη. «Ε γ ώ η ρε μ ώ το νου μ ο υ», είναι η έκφραση της συνειδησης και ο νους θεωρείται ότι ανήκει, σαν κτήμα, στο «εγώ».

Αυτή η διάκριση αναπτύσσεται ασυνείδητα και ο σπουδαστής βλέπει ότι αποκτά συνείδηση μιάς δυαδικότητας, κάποιου πράγματος που ελέγχει και κάποιου πράγματος που ελέγχεται. Ο κατώτερος συγκεκριμένος νους διαχωρίζεται απ' αυτό και το «εγώ» θεωρείται ότι έχει μεγαλύτερη δύναμη, καθαρότερη όραση και αναπτύσσεται μιά αίσθηση ότι αυτό το «εγώ» δεν εξαρτάται ούτε από το σώμα ούτε από το νου. Αυτή η α ί σ θ η σ η είναι η πρώτη συνειδητή αναγνώριση της αθάνατης φύσης που διανοητικά εθεωρείτο ήδη σαν υπάρχουσα και αυτό ακριβώς το όραμα είναι που ώθησε την ίδια τη συγκέντρωση η οποία έτσι ανταμείβεται. Καθώς η άσκηση συνεχίζεται ο ορίζοντας διευρύνεται, αλλά καθώς η σκέψη στρέφεται προς τα μέσα και όχι προς τα έξω, στρέφεται συνεχώς προς τα μέσα απεριόριστα. Τότε αναπτύσσεται η ικανότητα για γνώση της Αλήθειας με την πρώτη ματιά, που εμφανίζεται μόνο όταν ο νους, με την αργή διαδικασία της λογικής του, ξεπεραστεί. (Ο αναγνώστης δεν πρέπει να ξεχνάει ότι σ' ολόκληρο το βιβλίο ο

«νους» χρησιμοποιείται με τη σημασία του «κατώτερου νου», το νοητικό σώμα σ υ ν μάνας). Γιατί το «εγώ» είναι η έκφραση του Εαυτού που η φύση του είναι γνώση και οποτεδήποτε έρχεται σε επαφή με μια αλήθεια βρίσκει τους κραδασμούς της κανονικούς και επομένως ικανούς να παράγουν μέσα του μια εικόνα με συνοχή, ενώ το ψέμα προκαλεί μια διαταραγμένη εικόνα, χωρίς αναλογία, φανερώνοντας έτσι τη φύση του από την ίδια την αντανάκλασή του. Καθώς ο νους παίρνει μια όλο και πιά δευτερεύουσα θέση, αυτές οι ικανότητες του Εγώ επιβάλλουν τη δική του κυριαρχία και η ενόραση —ανάλογη προς την άμεση όραση του φυσικού πεδίου— παίρνει τη θέση της λογικής, που μπορεί ίσως να συγκριθεί στο φυσικό πεδίο με την αίσθηση της αφής. Πράγματι η αναλογία είναι πολύ πιά στενή απ' ό,τι φαίνεται με την πρώτη ματιά. Γιατί η ενόραση αναπτύσσεται από τη λογική με τον ίδιο αδιάσπαστο τρόπο και χωρίς αλλαγή της ουσιαστικής ουσίας, όπως το μάτι αναπτύσσεται από την αφή. Υπάρχει ασφαλώς μία μεγάλη μεταβολή «τρόπου», αλλά αυτό δε θα πρέπει να μας κάνει τυφλούς στην κανονική και διαδοχική εξέλιξη. Η ενόραση του μη νοήμονα είναι μία παρόρμηση γεννημένη από την επιθυμία, και είναι κατώτερη —όχι ανώτερη— από τη λογική.

Όταν ο νους έχει εκπαιδευτεί καλά στη συγκέντρωση πάνω σε ένα αντικείμενο και μπορεί να διατηρήσει την εστίασή του —όπως ονομάζεται αυτή η κατάσταση— για λίγο χρόνο, το επόμενο βήμα είναι να απορρίψει το αντικείμενο και να διατηρηθεί ο νους σ' αυτή τη στάση της εστιασμένης προσοχής χ ω ρ ί ς η π ρ ο σ ο χ ή ν α κ α τ ε υ θ ύ ν ε τ α ι σ ε ο τ ι δ ή π ο τ ε. Στην κατάσταση αυτή το νοητικό σώμα δεν εμφανίζει καμιά εικόνα: το υλικό του υπάρχει, σταθερό και ακίνητο, μη δεχόμενο εντυπώσεις σε μία

κατάσταση τέλει αταραξίας, σαν μια ήρεμη λίμνη. Αυτή είναι μία κατάσταση που δεν μπορεί να διαρκέσει περισσότερο από μία π ο λ ύ σύντομη περίοδο, όπως η «κρίσιμη κατάσταση» του χημικού, το σημείο επαφής μεταξύ δυό αναγνωρισμένων και καθορισμένων υπο-καταστάσεων της ύλης. Για να το εκφράσουμε διαφορετικά, η συνείδηση, όταν το νοητικό σώμα ηρεμεί, ξεφεύγει απ' αυτό και περνάει μέσα και πέρα από το «κέντρο λάγια», τα ουδέτερα σημεία επαφής ανάμεσα στο νοητικό και το αιτιατό σώμα. Το πέρασμα συνοδεύεται από μία στιγμιαία λιποθυμία, ή χάσιμο της συνείδησης —το αναπόφευκτο αποτέλεσμα της εξαφάνισης των αντικειμένων της συνείδησης— που ακολουθείται από συνείδηση σε ανώτερο πεδίο. Η απόρριψη των αντικειμένων της συνείδησης που ανήκουν στους κατώτερους κόσμους ακολουθείται έτσι από την εμφάνιση των αντικειμένων της συνείδησης στον ανώτερο. Τότε μπορεί το Εγώ να διαμορφώσει το νοητικό σώμα σύμφωνα με τις δικές του ανώτερες σκέψεις και να το διαποτίσει με τους δικούς του κραδασμούς. Μπορεί να το διαμορφώσει σύμφωνα με τα οράματα των πεδίων πέρα από το δικό του στα οποία έριξε μια ματιά κατά τις ανώτερες στιγμές του, και μπορεί έτσι να μεταβιβάσει προς τα κάτω και προς τα έξω ιδέες προς τις οποίες το νοητικό σώμα θα ήταν διαφορετικά ανίκανο να ανταποκριθεί. Αυτές είναι οι γνήσιες εμπνεύσεις, που αστράφτουν μέσα στο νου με εκτυφλωτικό φως και φωτίζουν έναν κόσμο. Το ίδιο το άτομο που τις χαρίζει στον κόσμο σπάνια μπορεί να πει, στη συνηθισμένη νοητική του κατάσταση, πώς έφτασαν μέχρις αυτό: το μόνο που ξέρει είναι ότι κατά ένα περιεργό τρόπο

«...η δύναμη που μέσα μου ηχεί  
Ζει στα χείλη μου και γνέφει με το χέρι μου».

Η ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΟΠΟΥΔΗΠΟΤΕ  
ΥΠΑΡΧΕΙ ΕΝΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΟ ΣΤΟ ΟΠΟΙΟ  
ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΝΕΤΑΙ

Στον κόσμο της μορφής, μια μορφή κατέχει μια ορισμένη θέση, και δεν μπορεί να ειπωθεί ότι υπάρχει — αν μπορεί να επιτραπεί αυτή η έκφραση — σε ένα μέρος που δεν υπάρχει. Δηλαδή, κατέχοντας μια ορισμένη θέση, βρίσκεται κοντύτερα ή μακρύτερα από άλλες μορφές που επίσης κατέχουν ορισμένες θέσεις σε σχέση με τη δική της. Αν θέλει να αλλάξει από τη μια θέση στην άλλη, θα πρέπει να διασχίσει το ενδιάμεσο διάστημα. Το πέρασμα μπορεί να είναι γρήγορο ή αργό, γρήγορο σαν αστραπή, αργό σαν μια χελώνα, αλλά πρέπει να γίνει και καταλαμβάνει κάποιο χρόνο, σύντομο ή μεγάλο.

Όσον αφορά τη συνείδηση, ο χώρος δεν έχει τέτοια ύπαρξη. Η συνείδηση μεταβάλλει την κατάσταση της, όχι τη θέση της και αγκαλιάζει περισσότερο ή λιγότερο, γνωρίζει ή δε γνωρίζει εκείνο που δεν είναι ο εαυτός της, ακριβώς στο βαθμό που μπορεί ή δεν μπορεί να ανταποκριθεί στους κραδασμούς των μη-εαυτών. Ο ορίζοντάς της διευρύνεται με τη δεκτικότητά της, δηλαδή με την ικανότητά της να ανταποκρίνεται, με την ικανότητά της να αναπαράγει κραδασμούς. Σ' αυτή δεν υπάρχει θέμα μετακίνησης, περάσματος ενδιάμεσων διαστημάτων. Ο χώρος ανήκει στις μορφές που επηρεάζουν η μια την άλλη περισσότερο όταν είναι πιο κοντά, και που η δύναμη της μιας πάνω στην άλλη μειώνεται καθώς η απόσταση μεταξύ τους μεγαλώνει.

Όλοι οι πετυχημένοι στη συγκέντρωση σπουδαστές Ξαναανακαλύπτουν για τον εαυτό τους αυτή τη μη-ύπαρξη του χώρου για τη συνείδηση. Ένας Μυημένος μπορεί να αποκτήσει γνώση οποιουδήποτε αντικειμένου μέσα στα όριά Του συγκεντρωνόμενος επάνω του, και η απόσταση με κανένα τρόπο δεν επηρεάζει μια τέτοια συγκέντρωση. Αποκτάει συνείδηση ενός αντικειμένου, σε έναν άλλο πλανήτη ας πούμε, όχι γιατί η αστρική του όραση δρα τηλεσκοπικά, αλλά γιατί στην εσωτερική περιοχή ολόκληρο το σύμπαν υπάρχει σαν ένα σημείο· ένας τέτοιος άνθρωπος φτάνει στην Καρδιά της Ζωής και βλέπει όλα τα πράγματα εκεί.

Στις Ουπανισάντ αναφέρεται ότι μέσα στην καρδιά υπάρχει ένας μικρός θάλαμος και εκεί βρίσκεται ο «εσωτερικός αιθέρας» που έχει την ίδια έκταση με το διάστημα· αυτό είναι ο Άτμα, ο Εαυτός, ο θάνατος, χωρίς θλίψη:

«Εδώ μέσα διαμένει ο ουρανός και ο κόσμος· εδώ μέσα διαμένει η φωτιά και ο αέρας, ο ήλιος και η σελήνη, η αστραπή και τα αστέρια, καθετί που υπάρχει και καθετί που δεν υπάρχει σ' Αυτό (το σύμπαν)».<sup>1</sup>

Αυτός ο «εσωτερικός αιθέρας της καρδιάς» είναι ένας αρχαίος μυστικιστικός όρος που περιγράφει τη λεπτή φύση του Εαυτού, που είναι πράγματι ένας και διαπερνάει τα πάντα, έτσι ώστε εκείνος που έχει συνείδηση του Εαυτού έχει συνείδηση όλων των σημείων του σύμπαντος. Η επιστήμη λέει ότι η κίνηση ενός σώματος εδώ επηρεάζει τα πιο απομακρυσμένα αστέρια, γιατί όλα τα σώματα είναι βυθισμένα και αλληλοδιαπερνώνται από τον αιθέρα, ένα συνεχές μέσον που μεταβιβάζει κραδασμούς χωρίς τριβή, επομένως χω-

1. Τσ αν τ ό γ κ ι α ου π αν ι σ ά ν τ, VIII, 1, γ'.



ρίς απώλεια ενέργειας, επομένως σε οποιαδήποτε απόσταση. Αυτό συμβαίνει στην όψη μορφή της Φύσης. Πόσο φυσικό είναι, επομένως, η συνείδηση, η όψη ζωής της Φύσης, να διαπερνά παρόμοια τα πάντα και να είναι συνεχής.

Νιώθουμε ότι βρισκόμαστε «εδώ», γιατί δεχόμαστε εντυπώσεις από τα αντικείμενα γύρω μας. Έτσι όταν η συνείδηση κραδαίνεται ανταποκρινόμενη σε «μακρινά» αντικείμενα με την ίδια πληρότητα όπως και για τα «κοντινά», νιώθουμε ότι βρισκόμαστε μαζί τους. Όταν η συνείδηση ανταποκρίνεται σε ένα γεγονός που συμβαίνει στον Άρη με την ίδια πληρότητα όπως και σε ένα γεγονός που συμβαίνει στο δωμάτιό μας, δεν υπάρχει διαφορά στη γνώση της για το καθένα, και νιώθει παρόμοια σε κάθε περίπτωση σαν «εδώ». Δεν είναι θέμα τόπου, αλλά θέμα εξέλιξης της ικανότητας. Ο Γνώστης βρίσκεται οπουδήποτε μπορεί να ανταποκριθεί η συνείδησή του και η αύξηση της ικανότητάς του να ανταποκρίνεται σημαίνει ότι περικλείει μέσα στη συνείδησή του καθετί στο οποίο απαντάει, καθετί που βρίσκεται μέσα στην ακτίνα του κραδασμού του.

Στο σημείο αυτό θα μας βοηθήσει πάλι μια αναλογία. Το μάτι βλέπει όλα όσα μπορούν και του στέλνουν κραδασμούς φωτός και τίποτα άλλο. Μπορεί να ανταποκριθεί μόνο μέσα σε μια ορισμένη γκάμα κραδασμών· το καθετί πέρα απ' αυτή την γκάμα, πάνω ή κάτω, είναι για το μάτι σκοτάδι. Το παλιό Ερμητικό αξίωμα: «Όπως επάνω έτσι και κάτω», είναι ένα νήμα στο λαβύρινθο που μας περιβάλλει και από τη μελέτη της αντανάκλασης κάτω, μπορούμε συχνά να μάθουμε κάτι για το αντικείμενο επάνω που προκαλεί αυτή την αντανάκλαση.

Μια διαφορά ανάμεσα σ' αυτή την ικανότητα του

να είμαστε συνειδητοί σε οποιοδήποτε πεδίο και στο να «πηγαίνουμε» στα ανώτερα πεδία, είναι το γεγονός ότι στην πρώτη περίπτωση ο Τζίβα, είτε είναι κλεισμένος στους κατωτέρους φορείς του είτε όχι, νιώθει αμέσως ότι βρίσκεται μπροστά στα «μακρινά» αντικείμενα· ενώ στη δεύτερη ντυμένος με το νοητικό και το αστρικό σώμα, ή μόνο με το νοητικό, ταξιδεύει γρήγορα από το ένα σημείο στο άλλο και έχει συνείδηση της μετακίνησης. Μια πολύ πιο σημαντική διαφορά είναι ότι στη δεύτερη περίπτωση ο Τζίβα μπορεί να βρεθεί ανάμεσα σε μια ομάδα αντικειμένων τα οποία δεν καταλαβαίνει καθόλου, έναν καινούργιο και παράξενο κόσμο που τον ζαλίζει και τον συγχύζει· ενώ στην πρώτη κατανοεί όλα όσα βλέπει και γνωρίζει κάθε φορά τόσο τη ζωή όσο και τη μορφή. Εξεταζόμενο έτσι το φως του Ενός Εαυτού, λάμπει μέσα σε όλα και πετυχαίνεται μια ασφαλής γνώση που δεν μπορεί ποτέ να αποκτηθεί ξεδεύοντας αναρίθμητες εποχές ανάμεσα στην ερημιά των μορφών.

Η συγκέντρωση είναι το μέσο με το οποίο ο Τζίβα ξεφεύγει από τα δεσμά των μορφών και εισέρχεται στη Γαλήνη. «Για κείνον που δεν έχει συγκέντρωση δεν υπάρχει γαλήνη», αναφέρει ο Δάσκαλος,<sup>1</sup> γιατί η γαλήνη έχει τη φωλιά της σε ένα βράχο που υψώνεται πάνω από τα εκσφενδονιζόμενα κύματα της μορφής.

## ΠΩΣ ΝΑ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΝΕΣΤΕ

Αφού κατανοήσει τη θεωρία της συγκέντρωσης, ο σπουδαστής θα πρέπει να αρχίσει την πρακτική της.

Αν είναι ευλαβικής ιδιοσυγκρασίας, το έργο του θα είναι πολύ πιο απλό, γιατί τότε μπορεί να πάρει το

1. Μ π ά γ κ α θ α ν τ Γ κ ί τ α, II, 66.

αντικείμενο της αφοσίωσής του σαν αντικείμενο διαλογισμού, και επειδή η καρδιά ελκύεται ισχυρά απ' αυτό το αντικείμενο γιαυτό και ο νους εύκολα θα διαμείνει πάνω σ' αυτό, παρουσιάζοντας την αγαπημένη εικόνα χωρίς προσπάθεια και αποκλείοντας τις άλλες με παρόμοια ευκολία. Γιατί ο νους παρακινείται συνεχώς από την επιθυμία και χρησιμεύει σταθερά σαν υπηρέτης της ευχαρίστησης. Ο νους αναζητάει πάντα αυτό που χαρίζει ευχαρίστηση και πάντα προσπαθεί να εμφανίζει ευχάριστες εικόνες και να αποκλείει τις δυσάρεστες. Γιαυτό θα διαμείνει σε μια αγαπημένη εικόνα, σταθεροποιούμενος στη θεώρησή της απ' την ευχαρίστηση που δοκιμάζει και αν παρασυρθεί βίαια μακριά της θα επιστρέφει σ' αυτήν ξανά και ξανά. Ένα ευλαβικό άτομο, λοιπόν, μπορεί πολύ εύκολα να πετύχει ένα σημαντικό βαθμό συγκέντρωσης. Θα σκεφτεί το αντικείμενο της αφοσίωσής του, δημιουργώντας με τη φαντασία του όσο πιο καθαρά μπορεί μια παράσταση, μια εικόνα αυτού του αντικειμένου και ύστερα θα κρατήσει το νου εστιασμένο πάνω στην εικόνα, πάνω στη σκέψη του Αγαπημένου. Έτσι ένας Χριστιανός μπορεί να σκεφτεί το Χριστό, την Παρθένο Μητέρα, τον Προστάτη του Άγιο, το Φύλακα Άγγελό του. Ένας Ινδουιστής μπορεί να σκεφτεί το Μαχέσβαρα, το Βισνού, την Ούμα, το Σρι Κρίσνα. Ένας Βουδιστής μπορεί να σκεφτεί το Βούδα, τον Μποντισάτβα, ένας Πέρσης, τον Αχουραμάζντα, το Μίθρα κ.τ.λ. Το καθένα απ' αυτά τα αντικείμενα ελκύει την αφοσίωση του λάτρη και η έλξη που ασκείται πάνω στην καρδιά προσδένει το νου στο αντικείμενο που χαρίζει ευτυχία. Μ' αυτό τον τρόπο ο νους συγκεντρώνεται με τη λιγότερη κούραση και τη λιγότερη προσπάθεια.

Όταν δεν υπάρχει ευλαβική ιδιοσυγκρασία, το

στοιχείο της έλξης μπορεί και πάλι να χρησιμοποιηθεί σαν βοήθεια, αλλά σ' αυτή την περίπτωση θα προσδένει σε κάποια ιδέα και όχι σε Άτομο. Οι πρώτες προσπάθειες για συγκέντρωση θα πρέπει πάντα να γίνονται μ' αυτό το βοήθημα. Στο μη ευλαβικό η ελκυστική εικόνα θα πάρει τη μορφή κάποιας βαθιάς ιδέας, κάποιου ανώτερου προβλήματος· τέτοια θα πρέπει να είναι τα αντικείμενα συγκέντρωσης και ο νους θα πρέπει να δένεται σταθερά σ' αυτά. Εδώ η δεσμεύουσα δύναμη της έλξης είναι το διανοητικό ενδιαφέρον, η βαθιά επιθυμία για γνώση, μια από τις εντονότερες αγάπες του ανθρώπου.

Μια άλλη αποδοτική μορφή συγκέντρωσης για κάποιον που δεν ελκύεται από μία προσωπικότητα σαν αντικείμενο αφοσίωσης, είναι να διαλέξει μια αρετή και να διαλογιστεί πάνω σ' αυτή. Ένα πολύ πραγματικό είδος αφοσίωσης μπορεί να εμφανιστεί από ένα τέτοιο αντικείμενο, γιατί γοητεύει την καρδιά μέσα από την αγάπη της διανοητικής και ηθικής ομορφιάς. Η αρετή θα πρέπει να απεικονίζεται από το νου με όσο πιο πλήρη τρόπο γίνεται και ο νους θα πρέπει να μένει σταθερός στην ουσιαστική της φύση. Ένα μεγάλο δευτερεύον πλεονέκτημα αυτού του είδους της συγκέντρωσης είναι το γεγονός ότι, καθώς ο νους παίρνει το σχήμα της αρετής και επαναλαμβάνει τους κραδασμούς της, η αρετή βαθμιαία γίνεται μέρος της φύσης του και εδραιώνεται σταθερά στο χαρακτήρα. Αυτή η διαμόρφωση του νου είναι στην πραγματικότητα μια πράξη αυτο-δημιουργίας, γιατί ύστερα από λίγο ο νους πέφτει εύκολα στις μορφές στις οποίες είχε περιοριστεί με τη συγκέντρωση και οι μορφές αυτές γίνονται όργανα της συνηθισμένης του έκφρασης. Είναι αλήθεια ότι, όπως έχει γραφτεί από παλιά:

Ο άνθρωπος είναι το δημιούργημα της σκέψης\* αυτό που σκέφτεται σ' αυτή τη ζωή, αυτό γίνεται αργότερα.<sup>1</sup>

Όταν ο νους χαλαρώνει την προσήλωσή του στο αντικείμενο, είτε αφοσίωσης είτε νοητικό, — όπως θα κάνει από καιρό σε καιρό — πρέπει να επαναφέρεται πίσω και να κατευθύνεται πάλι προς το αντικείμενο. Στην αρχή συχνά θα περιπλανιέται, χωρίς αυτή η περιπλάνηση να γίνεται αντιληπτή και ο σπουδαστής ξαφνικά συνειδητοποιεί ότι σκέφτεται κάτι εντελώς διαφορετικό από το συγκεκριμένο αντικείμενο σκέψης. Αυτό θα συμβεί πολλές φορές και πρέπει με υπομονή να επαναφέρει το νου — μια βαρετή και κουραστική διαδικασία, αλλά δεν υπάρχει άλλος τρόπος με τον οποίο να μπορεί να επιτευχθεί η συγκέντρωση.

Όταν ο νους ξεφεύγει χωρίς να γίνεται αντιληπτός, μια χρήσιμη και διδακτική νοητική άσκηση είναι να τον επαναφέρετε πίσω από το δρόμο που πέρασε κατά την περιπλάνησή του. Η διαδικασία αυτή αυξάνει τον έλεγχο του αναβάτη πάνω στο ατίθασο άλογο του και έτσι μειώνει την τάση του να ξεφεύγει.

Η συνεχής σκέψη, αν και είναι ένα βήμα προς τη συγκέντρωση, δεν ταυτίζεται μ' αυτή, γιατί στη συνέχεια σκέψη ο νους περνάει από τη μιά διαδοχική εικόνα στην άλλη, χωρίς να εστιάζεται πάνω σε μια μόνο. Αλλά επειδή είναι πολύ πιό εύκολη από τη συγκέντρωση, ο αρχάριος μπορεί να τη χρησιμοποιήσει για να τον οδηγήσει στο πιο δύσκολο έργο. Είναι συχνά επιβοηθητικό για τον ευλαβικό τύπο, να διαλέγει μια σκηνή από τη ζωή του αντικειμένου της αφοσίωσής του και να απεικονίζει τη σκηνή ζωντανά με τις λεπτομέρειές της,

1. Τσαγανόγλκια ουπανισάνατ. III, 14, α'κ

μαζί με τα τοπικά χαρακτηριστικά του τοπίου και των χρωμάτων. Έτσι ο νους βαθμιαία σταθεροποιείται πάνω σε μια γραμμή και μπορεί να οδηγηθεί και τελικά να εστιαστεί πάνω στην κεντρική μορφή της σκηνής, το αντικείμενο της αφοσίωσης. Καθώς η σκηνή αναπαριστάνεται στο νου, παίρνει μια αίσθηση πραγματικότητας και είναι πιθανό να έρθει κανείς μ' αυτό τον τρόπο σε μαγνητική επαφή με το αρχείο αυτής της σκηνής σε ένα ανώτερο πεδίο — τη μόνιμη φωτογραφία του στον κοσμικό αιθέρα — και έτσι να αποκτήσει πολύ περισσότερη γνώση γι' αυτή απ' όση παρέχεται από οποιαδήποτε δοσμένη περιγραφή. Μ' αυτό τον τρόπο ακόμα ο αφοσιωμένος μπορεί να έρθει σε μαγνητική επαφή με το αντικείμενο της αφοσίωσής του και να αποκτήσει απ' αυτή την άμεση επαφή πολύ πιο στενές σχέσεις μαζί του, απ' ό,τι θα ήταν δυνατό με άλλο τρόπο. Γιατί η συνείδηση δεν υπόκειται στους φυσικούς περιορισμούς του χώρου, αλλά β ρ ί σ κ ε τ α ι οπουδήποτε το άτομο είναι συνειδητό — μια δήλωση που έχει ήδη εξηγηθεί.

Όμως πρέπει να θυμόμαστε ότι η ίδια η συγκέντρωση δεν είναι διαδοχική σκέψη και ο νους πρέπει τελικά να προσκολληθεί στο ένα αντικείμενο και να παραμείνει πάνω του σταθερός, όχι σκεπτόμενος πάνω σ' αυτό, αλλά ρουφώντας το, όπως θα λέγαμε, αφομοιώνοντας το περιεχόμενό του.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ VIII

## ΕΜΠΟΔΙΑ ΣΤΗ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗ

## ΠΕΡΙΠΛΑΝΩΜΕΝΟΣ ΝΟΥΣ

ΤΟ γενικό παράπονο εκείνων που αρχίζουν να ασκούν τη συγκέντρωση, είναι ότι η ίδια η προσπάθεια για συγκέντρωση καταλήγει σε μια μεγαλύτερη ανησυχία του νου. Ως ένα βαθμό αυτό είναι αλήθεια, αλλά ο νόμος της δράσης και της αντίδρασης λειτουργεί και εδώ όπως και παντού και η πίεση που ασκείται στο νου προκαλεί μια αντίστοιχη αντίδραση. Αλλά ενώ το αναγνωρίζουμε αυτό, με προσεκτικότερη εξέταση βλέπουμε ότι η α υ ξ η μ έ ν η ανησυχία είναι σε μεγάλο βαθμό απατηλή. Το αίσθημα μιας τέτοιας αυξανόμενης ανησυχίας οφείλεται κυρίως στην αντίθεση που δημιουργείται ξαφνικά ανάμεσα στο Εγώ, που επιθυμεί τη σταθερότητα, και στο νου στην κανονική του κατάσταση κινητικότητας. Το Εγώ για πολλές ζωές παρασυρόταν από το νου σε όλες τις γρήγορες κινήσεις του, όπως ο άνθρωπος παρασύρεται πάντα μέσα στο διάστημα από την περιστρεφόμενη γη. Δεν έχει συνειδηση της κίνησης, δεν ξέρει ότι ο κόσμος κινείται, τόσο απόλυτα αποτελεί μέρος του, κινούμενος καθώς κινείται. Αν μπορούσε να ξεχωρίσει τον εαυτό του από τη γη και να σταματήσει τη δική του κίνηση χωρίς να γίνει κομμάτι, μόνο τότε θα συνειδητοποιούσε ότι η γη κινείται με μεγάλη ταχύτητα. Όσο καιρό ο άνθρωπος παρασύρεται από την κάθε κίνηση του νου, δεν αντι-

λαμβάνεται τη συνεχή του δραστηριότητα και ανησυχία. Αλλά όταν σταθεροποιείται, όταν παύει να κινείται, τότε νιώθει την ασταμάτητη κίνηση του νου στην οποία μέχρι τότε υπάκουε.

Αν ο αρχάριος γνωρίζει αυτά τὰ γεγονότα, δε θα απογοητευτεί στην αρχή των προσπαθειών του όταν αντιμετωπίσει αυτή τη γενική εμπειρία, αλλά θεωρώντας τη σαν δεδομένο, θα συνεχίσει ήρεμα το έργο του. Άλλωστε δεν κάνει τίποτα άλλο από το να επαναλαμβάνει την εμπειρία που εξέφρασε ο Αρτζούνα πριν από πέντε χιλιάδες χρόνια:

*Γι' αυτή τη γιόγκα που έχεις διακηρύξει ότι είναι αταραξία, ώ σφαγέα του Μαντού, δε βλέπω να υπάρχει σταθερό θεμέλιο εξαιτίας της ανησυχίας· γιατί ο νους είναι αλήθεια ανήσυχος, ώ Κρίσνα, είναι ανυπόμονος, ισχυρός και είναι δύσκολο να καμφθεί· μου φαίνεται ότι είναι τόσο δύσκολο να χαλιναγωγηθεί, όσο και ο άνεμος.*

Και ακόμα είναι αληθινή η απάντηση, η απάντηση που δείχνει το μ ό ν ο δρόμο για την επιτυχία:

*Αναμφίβολα, ώ πάντοπλε, ο νους είναι ανήσυχος και είναι δύσκολο να συγκρατηθεί· αλλά μπορεί να χαλιναγωγηθεί με τη σταθερή άσκηση και με την αδιαφορία.<sup>1</sup>*

Ένας νους που έχει έτσι σταθεροποιηθεί, δε θα είναι εύκολο να χάσει την ισορροπία εξαιτίας περιπλανώμενων σκέψεων από άλλες διάνοιες που επιζητούν πάντα να επηρεάσουν μια σταθερότητα, από το πλανόδιο πλήθος που συνεχώς μας περιβάλλει. Ο νους που έχει συνηθίσει στη συγκέντρωση, διατηρεί πάντα μια ορισμένη θετικότητα και δε διαμορφώνεται εύκολα από αθέμιτους εισβολείς.

1. Μ π ά γ γ α θ α ν τ Γ κ ί τ α, VI 35, 36.

Όλοι όσοι εκπαιδεύουν το νου τους, θα πρέπει να διατηρούν μια στάση σταθερής επιφυλακής σχετικά με τις σκέψεις που «έρχονται στο νου», και να ασκούν σ' αυτές συνεχή επιλογή. Η άρνηση να θρέψουν κακές σκέψεις, η άμεση απόρριψή τους αν επιχειρήσουν μια είσοδο, η άμεση αντικατάσταση μιας κακής σκέψης από μια καλή αντίθετου χαρακτήρα — όλα αυτά θα συντονίσουν τόσο το νου ώστε ύστερα από λίγο καιρό θα δρα αυτόματα, απωθώντας το κακό από μόνη του. Οι αρμονικοί, ρυθμικοί κραδασμοί, εκδιώκουν τους δυσαρμονικούς και ακανόνιστους· εκτινάζονται από τη ρυθμικά κραδαινόμενη επιφάνεια, όπως μια πέτρα που χτυπάει σε έναν περιστρεφόμενο τροχό. Ζώντας όλοι μας μέσα σε ένα συνεχές ρεύμα σκέψης, καλών και κακών, χρειάζεται να καλλιεργούμε την ελεγκτική δράση του νου, έτσι ώστε οι καλές αυτόματα να απορροφώνται, ενώ οι κακές αυτόματα να απορρίπτονται.

Ο νους είναι σαν ένας μαγνήτης, έλκει και απωθεί, και η φύση των έλξεων και των απωθήσεων του μπορεί να καθοριστεί από μας τους ίδιους. Αν παρατηρήσουμε τις σκέψεις που μας έρχονται στο νου, θα δούμε ότι είναι του ίδιου είδους με κείνες που συνήθως ενθαρρύνουμε. Ο νους έλκει τις σκέψεις που είναι ανάλογες με τις συνηθισμένες του δραστηριότητες. Αν, λοιπόν, εμείς για λίγο καιρό ασκήσουμε σκόπιμα την εκλεκτικότητα, σύντομα ο νους θα κάνει αυτή την εκλογή μόνος του, πάνω στις γραμμές που χαράχτηκαν, και έτσι οι κακές σκέψεις δε θα εισχωρούν στο νού, ενώ οι καλές θα βρίσκουν πάντα μια ανοιχτή πόρτα.

Οι περισσότεροι άνθρωποι είναι απλώς πολύ δεκτικοί, αλλά αυτή η δεκτικότητα οφείλεται σε αδυναμία και όχι σε σκόπιμη αυτο-εγκατάλειψη σε ανώτε-

ρες επιρροές. Είναι επομένως καλό να μάθουμε πώς να γινόμαστε κανονικά θετικοί και πώς μπορούμε να γίνουμε αρνητικοί, όταν νομίζουμε ότι είναι επιθυμητό να είμαστε τέτοιοι.

Η συνήθεια της συγκέντρωσης από μόνη της τείνει να ενισχύει το νου, έτσι ώστε να ασκεί εύκολα έλεγχο και επιλογή, σχετικά με τις σκέψεις που του έρχονται από έξω, και έχει ήδη αναφερθεί πώς μπορεί να εκπαιδευτεί, ώστε να απορρίπτει αυτόματα τις κακές σκέψεις. Αλλά σ' αυτά που ειπώθηκαν μπορεί να προστεθεί πως, όταν μια κακή σκέψη εισέρχεται στο νου, είναι καλύτερα να μην την πολεμάμε άμεσα, αλλά να εκμεταλλευόμαστε το γεγονός ότι ο νους μπορεί να σκεφτεί μόνο ένα πράγμα κάθε φορά. Έτσι αστρέφουμε το νου αμέσως σε μια καλή σκέψη και η κακή σκέψη αναγκαστικά θα εκδιωχθεί. Πολεμώντας ενάντια σε οτιδήποτε, η ίδια η δύναμη που στέλνουμε έξω προκαλεί μια αντίστοιχη αντίδραση και έτσι το πρόβλημά μας μεγαλώνει. Ενώ αντίθετα η στροφή του νοητικού ματιού πάνω σε μια εικόνα προς μια διαφορετική κατεύθυνση, αναγκάζει την άλλη εικόνα να βγει αθόρυβα από το πεδίο της όρασης. Πολλοί άνθρωποι ξοδεύουν χρόνια πολεμώντας τις ακάθαρτες σκέψεις, ενώ η ήρεμη απασχόληση του νου με τις αγνές, δε θα άφηγε χώρο στις κακοποιές. Ακόμα, καθώς ο νους μ' αυτό τον τρόπο ελκύει στον εαυτό του ύλη που δεν ανταποκρίνεται στο κακό, βαθμιαία γίνεται θετικός, μη δεκτικός σ' αυτό το είδος της σκέψης.

Αυτό είναι το μυστικό της σωστής δεκτικότητας. Ο νους ανταποκρίνεται σύμφωνα με τη σύστασή του· απαντάει στο καθετί που είναι παρόμοιας φύσης με τον εαυτό του. Μπορούμε να τον κάνουμε θετικό απέναντι στο κακό, αρνητικό απέναντι στο καλό, συνηθίζοντας στην καλή σκέψη, εντυπώνοντας έτσι μέσα

στα ίδια τα δομικά υλικά του ότι είναι δεκτικά στο καλό, μη δεκτικά στο κακό. Πρέπει να σκεφτόμαστε αυτό που επιθυμούμε να δεχτούμε, και να αρνούμαστε να σκεφτόμαστε αυτό που επιθυμούμε να μη δεχτούμε. Ένας τέτοιος νους, μέσα στον ωκεανό σκέψης που μας περιβάλλει, προσελκύει τις καλές σκέψεις, απωθεί τις κακές και έτσι πάντα γίνεται πιο αγνός και ισχυρός μέσα στις ίδιες συνθήκες σκέψης που κάνουν έναν άλλο πιο ανόητο και έναν άλλο πιο αδύναμο.

Η μέθοδος της αντικατάστασης μιας σκέψης με μια άλλη, μπορεί να χρησιμοποιηθεί για μεγάλα πλεονεκτήματα με πολλούς τρόπους. Αν εισέρχεται στο νου μια αγενής σκέψη σχετικά με κάποιο άτομο, θα πρέπει αμέσως να αντικατασταθεί με μια σκέψη σχετικά με κάποια αρετή που διαθέτει, κάποια καλή πράξη που έχει κάνει. Αν ο νους βασανίζεται από αγωνία, στρέψτε τον προς τη σκέψη του σκοπού που διατρέχει τη ζωή, στον Καλό Νόμο που «παντοδύναμα και απαλά τακτοποιεί όλα τα πράγματα». Αν ένα συγκεκριμένο είδος ανεπιθύμητης σκέψης προβάλλει επίμονα, τότε είναι σωστό να οπλιστείτε με ένα ειδικό όπλο: θα πρέπει να διαλέξετε κάποιο στίχο ή φράση που ενσωματώνει την αντίθετη ιδέα, και κάθε φορά που η απορριπτέα σκέψη εμφανίζεται, θα πρέπει να επαναλαμβάνετε αυτή τη φράση και να παραμένετε σ' αυτή. Σε μια βδομάδα περίπου η σκέψη θα πάψει να σας ενοχλεί.

Ένα καλό σχέδιο είναι να εφοδιάζετε σταθερά το νου με κάποια ανώτερη σκέψη, μια λέξη ενθάρρυνσης, κάποια έμπνευση για ανώτερη ζωή. Πριν μπούμε στον καθημερινό αγώνα της ζωής, θα πρέπει να δίνουμε στο νου την ασπίδα της καλής σκέψης. Λίγες λέξεις είναι αρκετές, διαλέξτε μερικές από τα Κείμε-

να της φυλής σας, και αυτές σταθεροποιημένες στο νου χάρη σε μερικές απαγγελίες που θα κάνετε νωρίς το πρωί, θα ξανάρχονται στο νου ξανά και ξανά στη διάρκεια της μέρας και θα επαναλαμβάνονται μέσα του κάθε φορά που ο νους θα βρίσκεται ελεύθερος.

## ΟΙ ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΤΗΣ ΣΥΓΚΕΝΤΡΩΣΗΣ

Υπάρχουν ορισμένοι κίνδυνοι που σχετίζονται με την άσκηση της συγκέντρωσης για τους οποίους ο αρχάριος θα πρέπει να προειδοποιηθεί, γιατί πολλοί ανυπόμονοι σπουδαστές, στην επιθυμία τους να προχωρήσουν, προχωρούν υπερβολικά γρήγορα και έτσι εμποδίζουν τον εαυτό τους, αντί να τον βοηθούν.

Το σώμα είναι πιθανόν να υποφέρει, εξαιτίας της άγνοιας και της απροσεξίας του σπουδαστή.

Όταν ένας άνθρωπος συγκεντρώνει το νου του, το σώμα του μπαίνει σε μια κατάσταση έντασης και αυτό δε γίνεται αντιληπτό από το άτομο: απ' τη μεριά του είναι αθέλητο. Αυτή η ακολουθία του νου από το σώμα μπορεί να παρατηρηθεί σε πολλά κοινά πράγματα: μια προσπάθεια να θυμηθούμε προκαλεί ένα τρεμούλιασμα στο μέτωπο, τα μάτια σταθεροποιούνται και τα φρύδια καμпуλώνουν προς τα κάτω. Η έντονη προσοχή συνοδεύεται από ακινησία των ματιών: η αγωνία από ένα ανυπόμονο, μελαγχολικό βλέμμα. Για αιώνες η προσπάθεια του νου ακολουθούνταν από προσπάθεια του σώματος, επειδή ο νους κατευθυνόταν ολότερα προς την κάλυψη των σωματικών αναγκών με σωματικές προσπάθειες, και έτσι δημιουργήθηκε μια σχέση η οποία λειτουργεί αυτόματα.

Όταν αρχίζει η συγκέντρωση το σώμα, σύμφωνα με τη συνήθειά του, ακολουθεί το νου: οι μύες γί-

νονται άκαμπτοι και τα νεύρα τεντώνονται. Γιαυτό μετά το τέλος της συγκέντρωσης είναι πολύ πιθανό να ακολουθήσει μεγάλη σωματική κούραση, μυική και νευρική εξάντληση, έντονος πονοκέφαλος και έτσι τα άτομα αναγκάζονται να εγκαταλείψουν τη συγκέντρωση, πιστεύοντας ότι αυτά τα άσχημα αποτελέσματα είναι αναπόφευκτα.

Στην πραγματικότητα μπορούν να αποφευχθούν με μια απλή προφύλαξη. Ο αρχάριος θα πρέπει κάθε τόσο να διακόπτει τη συγκέντρωσή του αρκετά, ώστε να παρατηρεί την κατάσταση του σώματός του, και όταν βλέπει ότι είναι τεντωμένο, σε ένταση, ή άκαμπτο θα πρέπει αμέσως να το χαλαρώνει. Όταν αυτό γίνεται αρκετές φορές, οι δεσμοί της συσχέτισης θα σπάσουν και το σώμα θα παραμένει χαλαρό και ήρεμο, όταν ο νους συγκεντρώνεται. Ο Πατάντζαλι λέει ότι στο διαλογισμό η στάση που θα υιοθετηθεί, πρέπει να είναι «άνετη και ευχάριστη». Το σώμα δεν μπορεί να βοηθήσει το νου με την έντασή του και αντίθετα βλάπεται το ίδιο.

Ίσως θα μου επιτραπεί να αναφέρω εδώ, σαν παράδειγμα, μια προσωπική εμπειρία. Μια μέρα, ενώ εκπαιδευόμουν κοντά στην Ε.Π. Μπλαβάτσκι, μου ζήτησε να κάνω μια προσπάθεια της θέλησης. Το έκανα με μεγάλη ένταση και με αποτέλεσμα ένα έντονο πρήξιμο των αιμοφόρων αγγείων του κεφαλιού μου. «Αγαπητή μου», είπε ειρωνικά, «η θέληση δεν ασκείται με τα αιμοφόρα αγγεία».

Ένας άλλος σωματικός κίνδυνος προέρχεται από την επίδραση που προκαλεί η συγκέντρωση πάνω στα νευρικά κύτταρα του εγκεφάλου. Καθώς η δύναμη της συγκέντρωσης μεγαλώνει, καθώς ο νους ηρεμεί και το Εγώ αρχίζει να εργάζεται μέσω του νού, προβάλλει

καινούργιες απαιτήσεις από τα εγκελικά νευρικά κύτταρα. Τα κύτταρα αυτά, φυσικά, αποτελούνται από άτομα και τα τοιχώματα των ατόμων αποτελούνται από ελικοειδείς σπείρες μέσα απ' τις οποίες κυλούν τα ρεύματα της ζωτικής ενέργειας. Υπάρχουν εφτά ομάδες τέτοιων σπειρών, απ' τις οποίες χρησιμοποιούνται μόνο οι τέσσερις· οι υπόλοιπες τρεις μένουν μέχρι τώρα αχρησιμοποίητες — σχεδόν ατροφικά όργανα. Καθώς οι ανώτερες ενέργειες κυλούν προς τα κάτω, ζητώντας ένα κανάλι μέσα στα άτομα, η ομάδα των σπειρών η οποία —αργότερα στην εξέλιξη— θα χρησιμεύσει σαν κανάλι τους, αναγκάζεται να μπει σε δραστηριότητα. Αν αυτό γίνει πολύ αργά και προσεκτικά, δεν προκύπτει κανένα κακό· αλλά η υπερβολική πίεση σημαίνει βλάβη στην ευαίσθητη δομή των σπειρών. Αυτοί οι μικροί, λεπτοί σωλήνες, όταν δε χρησιμοποιούνται, έχουν τις πλευρές τους κολλημένες, όπως οι σωλήνες από μαλακό ινδικό κόμμι· αν οι πλευρές χωριστούν απότομα, είναι πιθανό να δημιουργηθεί κάποια ρωγμή. Ένα αίσθημα ζαλάδας και βάρους σ' όλο τον εγκέφαλο, είναι το σήμα κινδύνου· αν αυτό αγνοηθεί, θα επακολουθήσει έντονος πόνος και ίσως προκύψει επίμονη φλεγμονή. Γι' αυτό η συγκέντρωση θα πρέπει στην αρχή να ασκείται πολύ φειδωλά και ποτέ δεν πρέπει να συνεχίζεται μέχρι σημείου εγκεφαλικής κούρασης. Για αρχή, λίγα λεπτά κάθε φορά είναι αρκετά, ενώ ο χρόνος θα αυξάνεται βαθμιαία καθώς η άσκηση θα προχωράει.

Αλλά οσοδήποτε μικρός κι αν είναι ο χρόνος που της αφιερώνεται, πρέπει να αφιερώνεται καθημερινά· αν η άσκηση μιάς μέρας παραληφθεί, η προηγούμενη κατάσταση των ατόμων επανέρχεται και η εργασία πρέπει να ξαναγίνει απ' την αρχή. Η σταθερή και κανονική, αλλά όχι παρατεινόμενη, άσκηση εξασφαλίζει

τα καλύτερα αποτελέσματα και αποτρέπει τον κίνδυνο. Σε μερικές σχολές της επονομαζόμενης Χάτα Γιόγκα, υποδεικνύεται στους σπουδαστές να βοηθούν τη συγκέντρωση εστιάζοντας το βλέμμα τους πάνω σε μια μαύρη κηλίδα σε λευκό φόντο και να διατηρούν τη σταθερότητα του βλέμματος, μέχρις ότου επέλθει η έκσταση. Υπάρχουν δύο λόγοι για τους οποίους δεν πρέπει να γίνεται κάτι τέτοιο. Πρώτο, η άσκηση ύστερα από λίγο βλάπτει τη φυσική όραση και τα μάτια χάνουν την ικανότητα προσαρμογής. Δεύτερο, προκαλεί μία μορφή εγκεφαλικής παράλυσης. Αυτή αρχίζει με την κούραση των κυττάρων του αμφιβληστροειδούς, καθώς τα κύματα του φωτός πέφτουν επάνω του και η κηλίδα εξαφανίζεται από την όραση, γιατί το σημείο του αμφιβληστροειδούς πάνω στο οποίο σχηματιζόταν η εικόνα της χάνει την ευαισθησία του σαν αποτέλεσμα της παρατεινόμενης ανταπόκρισης. Η κούραση περνάει προς τα μέσα μέχρις ότου τελικά επέρχεται ένα είδος παράλυσης και το άτομο περνάει σε υπνωτιστική έκσταση. Πράγματι, στη Δύση, η υπερβολική διέγερση ενός αισθητήριου όργανου είναι ένα αναγνωρισμένο μέσο για την πρόκληση ύπνωσης —ο περιστερφόμενος καθρέφτης, το ηλεκτρικό φως κ.τ.λ. χρησιμοποιούνται μ' αυτό το σκοπό.

Αλλά η εγκεφαλική παράλυση όχι μόνο σταματάει κάθε σκέψη στο φυσικό πεδίο, αλλά καθιστά τον εγκέφαλο αναισθητο στους μη-φυσικούς κραδασμούς, έτσι ώστε το Εγώ δεν μπορεί να εντυπώσει πάνω του δηλαδή δεν το ελευθερώνει, αλλά απλώς του στερεί το όργανό του. Ένας άνθρωπος μπορεί να μείνει για βδομάδες σε έκσταση που προκλήθηκε μ' αυτό τον τρόπο, αλλά όταν ξυπνάει δεν είναι πιά σοφός απ' ό,τι ήταν στην αρχή της έκστασης. Δεν κέρδισε γνώση, απλώς έχασε χρόνο. Τέτοιες μέθοδοι δε χαρίζουν πνευ-

ματική δύναμη, αλλά προκαλούν απλώς σωματική ανικανότητα.

## ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΣ

Ο διαλογισμός μπορεί να ειπωθεί ότι έχει ήδη εθληθεί, γιατί δεν είναι παρά η στάση που διατηρεί ο συγκεντρωμένος νους μπροστά σε ένα αντικείμενο αφοσίωσης, μπροστά σε ένα πρόβλημα που απαιτεί νοητικό ξεκαθάρισμα, σε οτιδήποτε με το οποίο πρόκειται να αναγνωριστεί και να απορροφηθεί η ζωή μάλλον και όχι η μορφή.

Ο διαλογισμός δεν μπορεί να ασκηθεί αποτελεσματικά αν δεν έχει κυριαρχηθεί, τουλάχιστον μερικά, η συγκέντρωση. Γιατί η συγκέντρωση δεν είναι σκοπός, αλλά ένα μέσο για κάποιο σκοπό. Διαμορφώνει το νου σε όργανο που μπορεί να χρησιμοποιηθεί σύμφωνα με τη θέληση του κατόχου του. Όταν ένας συγκεκριμένος νους, κατευθύνεται προς ένα αντικείμενο, με σκοπό να διαπεράσει το πέπλο και να φτάσει στη ζωή και να φέρει αυτή τη ζωή σε ένωση με τη ζωή στην οποία ανήκει ο νους, τότε ασκείται ο διαλογισμός. Η συγκέντρωση μπορεί να θεωρηθεί σαν ο σχηματισμός του οργάνου, ο διαλογισμός σαν η χρησιμοποίησή του. Ο νους εστιάζεται, ύστερα κατευθύνεται και διαμένει σταθερά σε οποιοδήποτε αντικείμενο τη γνώση του οποίου επιθυμούμε.

Καθένας, που είναι αποφασισμένος να ακολουθήσει μια πνευματική ζωή, πρέπει να αφιερώνει καθημερινά λίγο χρόνο στο διαλογισμό. Όπως η φυσική ζωή δεν μπορεί να συντηρηθεί χωρίς τροφή, έτσι και η πνευματική χωρίς διαλογισμό. Εκείνοι που δεν μπορούν να περάσουν μισή ώρα την ημέρα, κατά τη διάρκεια της οποίας ο κόσμος αποκλείεται και ο νους μπο-



ρεί να δεχτεί από τα πνευματικά πεδία ένα ρεύμα ζωής, δεν μπορούν να ζήσουν πνευματική ζωή.

Μόνο σε ένα νου συγκεντρωμένο, σταθερό, αποκλεισμένο από τον κόσμο, μπορεί να αποκαλυφθεί το Θείο. Ο Θεός εμφανίζεται στο σύμπαν Του με ατέλειωτες μορφές· αλλά μέσα στην ανθρώπινη καρδιά εμφανίζεται με τη Ζωή και τη Φύση Του, αποκαλυπτόμενος σε κείνο που είναι κομμάτι του Εαυτού Του. Μέσα σ' αυτή τη σιωπή, η γαλήνη η ισχύς και η δύναμη κυλούν μέσα στην ψυχή και ο άνθρωπος του διαλογισμού είναι πάντα ο πιο αποτελεσματικός άνθρωπος στον κόσμο.

Ο λόρδος Ρόσπερυ μιλώντας για τον Κρόμβελ, τον περιέγραψε σαν «έναν πρακτικό μυστικιστή» και δήλωνε ότι ένας πρακτικός μυστικιστής είναι η μεγαλύτερη δύναμη στον κόσμο. Είναι αλήθεια. Η συγκεντρωμένη διάνοια, η δύναμη της απόσυρσης πέρα από την αναστάτωση, σημαίνει άπειρα αυξημένη ενέργεια στην εργασία, σημαίνει σταθερότητα, αυτοέλεγχο, αταραξία. Ο διαλογιζόμενος άνθρωπος είναι ο άνθρωπος που δε χάνει χρόνο, δε σπαταλάει ενέργεια, δε χάνει ευκαιρία. Ένας τέτοιος άνθρωπος κυβερνάει τα γεγονότα, γιατί μέσα του βρίσκεται η δύναμη της οποίας τα γεγονότα δεν είναι παρά εξωτερικές εκφράσεις· μοιράζεται τη θεία ζωή και επομένως μοιράζεται τη θεία δύναμη.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΙΧ

### Η ΕΝΙΣΧΥΣΗ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΤΗΣ ΣΚΕΨΗΣ

ΜΠΟΡΟΥΜΕ τώρα να επιχειρήσουμε να στρέψουμε τη μελέτη της Δύναμης της Σκέψης σε πρακτικούς σκοπούς, γιατί η μελέτη που δεν οδηγεί στη πράξη είναι άγονη. Η παλιά διακήρυξη ισχύει ακόμα: «Ο αντικειμενικός σκοπός της φιλοσοφίας είναι να θέσει τέρμα στον πόνο». Πρόκειται να μάθουμε να αναπτύσσουμε και ύστερα να χρησιμοποιούμε την αναπτυγμένη δύναμη της σκέψης μας για να βοηθήσουμε εκείνους που βρίσκονται γύρω μας, τους ζωντανούς και τους ονομαζόμενους νεκρούς, να επιταχύνουμε την ανθρώπινη εξέλιξη, αλλά και να επισπεύσουμε τη δική μας πρόοδο.

Η δύναμη της σκέψης μπορεί να αυξηθεί μόνο με σταθερή και επίμονη άσκηση. Ακριβώς όπως η μυϊκή ανάπτυξη εξαρτάται από την άσκηση των μυών που ήδη κατέχουμε, έτσι και η νοητική ανάπτυξη εξαρτάται από την άσκηση του νου που είναι ήδη δικός μας.

Είναι νόμος της ζωής ότι η ανάπτυξη επέρχεται με την άσκηση. Η ζωή, ο Εαυτός μας, αναζητάει πάντα μία αυξημένη έκφραση προς τα έξω μέσω της μορφής στην οποία περιέχεται. Καθώς ωθείται προς τα έξω με την άσκηση, η πίσσή της πάνω στην μορφή αναγκάζει τη μορφή να διασταλεί, καινούργια ύλη εναποτίθεται στη μορφή και έτσι μέρος της διαστολής γίνεται μόνιμο. Όταν οι μύες τεντώνονται με την ά-

σκηση κυλάει μέσα τους περισσότερη ζωή, τα κύτταρα πολλαπλασιάζονται και έτσι οι μύες αναπτύσσονται. Όταν το νοητικό σώμα κραδαίνεται κάτω από τη δράση της σκέψης, καινούργιο υλικό ελκύεται από τη νοητική ατμόσφαιρα και ενσωματώνεται στο σώμα, το οποίο έτσι αυξάνει σε μέγεθος καθώς και σε πολυπλοκότητα δομής. Ένα νοητικό σώμα που ασκείται συνεχώς αυξάνει, άσχετα αν η σκέψη που έρχεται είναι καλή ή κακή. Η ποσότητα της σκέψης καθορίζει την ανάπτυξη του σώματος· η ποιότητα της σκέψης καθορίζει το είδος της ύλης που χρησιμοποιήθηκε σ' αυτή την ανάπτυξη.

Τόσο το νοητικό, όσο και το φυσικό σώμα, αναπτύσσονται με την άσκηση και όσοι επιθυμούν να τα βελτιώσουν και να τα αναπτύξουν, πρέπει να καταφύγουν σε κανονική καθημερινή σκέψη, με ένα αντικείμενο διαλεγμένο σκόπιμα για τη βελτίωση της νοητικής τους ικανότητας. Είναι περιττό να πούμε ότι οι έμφυτες ικανότητες του Γνώστη εξελίσσονται επίσης πιο γρήγορα με αυτή την άσκηση και επενεργούν πάνω στους φορείς με συνεχώς αυξανόμενη δύναμη.

Προκειμένου να αποδώσει τα καλύτερα αποτελέσματα, η άσκηση αυτή πρέπει να είναι μεθοδική. Ας υποθέσουμε ότι κάποιος διαλέγει ένα καλό βιβλίο πάνω σε κάποιο θέμα που του αρέσει, ένα βιβλίο γραμμένο από έναν ικανό συγγραφέα, που περιέχει καινούργιες, δυνατές σκέψεις. Θα πρέπει να διαβάζει μια, ή λίγες προτάσεις αργά και ύστερα ο αναγνώστης θα πρέπει να σκέφτεται προσεκτικά και έντονα πάνω σ' αυτά που διάβασε. Ένας καλός κανόνας είναι να σκέφτεται το διπλάσιο χρόνο απ' όσο διαβάζει, γιατί ο σκοπός της ανάγνωσης δεν είναι να αποκτήσει απλώς καινούργιες ιδέες, αλλά να ενισχύσει τις λειτουργίες της σκέψης. Αν είναι δυνατόν στην άσκηση αυτή θα πρέπει

να αφιερώνει μισή ώρα, αλλά ο σπουδαστής μπορεί να αρχίσει από ένα τέταρτο της ώρας, επειδή στην αρχή θα βρει την έντονη προσοχή λίγο εξαντλητική.

Καθένας που θα αρχίσει αυτή την άσκηση και θα την ακολουθήσει κανονικά για λίγους μήνες, στο τέλος αυτού του χρονικού διαστήματος θα αντιληφθεί μιά φανερή ανάπτυξη της νοητικής δύναμης και θα δει ότι είναι σε θέση να αντιμετωπίζει τα συνηθισμένα προβλήματα της ζωής πιο αποτελεσματικά, απ' ό,τι πριν. Η Φύση είναι ένας δίκαιος ταμίας που δίνει στον καθένα τα μεροκάματα που κέρδισε, αλλά ούτε μια πεντάρα χωρίς να την έχει κερδίσει. Εκείνοι που θέλουν να πάρουν τα μεροκάματα της αυξημένης ικανότητας, πρέπει να τα κερδίσουν με σκληρή σκέψη.

Η εργασία είναι διπλή, όπως τονίστηκε ήδη. Από τη μιά μεριά οι δυνάμεις της συνείδησης βγαίνουν προς τα έξω, από την άλλη οι μορφές μέσω των οποίων εκφράζεται αναπτύσσονται. Και το πρώτο απ' τα δυο δεν πρέπει ποτέ να ξεχνιέται. Πολλοί άνθρωποι αναγνωρίζουν ότι η καθορισμένη σκέψη επηρεάζει τον εγκέφαλο, αλλά ξεχνούν ότι η πηγή κάθε σκέψης είναι ο αγέννητος, αθάνατος Εαυτός, και ότι αυτοί απλώς βγάζουν έξω αυτό που ήδη κατέχουν. Μέσα τους υπάρχει κάθε δύναμη και δεν έχουν παρά να τη χρησιμοποιήσουν, γιατί ο θείος Εαυτός είναι η ρίζα της ζωής του καθενός, και η όψη του Εαυτού που είναι γνώση Ζει στον καθένα και αναζητάει πάντα μια ευκαιρία για την πιο πλήρη της έκφραση. Η δύναμη βρίσκεται μέσα στον καθένα, αδημιούργητη, αιώνια· η μορφή διαμορφώνεται και αλλάζει, αλλά η ζωή είναι ο Εαυτός του ανθρώπου, απεριόριστος στις ικανότητές του. Αυτή η δύναμη που υπάρχει μέσα σε όλους, είναι η ίδια δύναμη που δημιούργησε το σύμπαν· είναι

θεία, όχι ανθρώπινη, ένα μέρος της ζωής του Λόγου και αδιαχώριστη απ' Αυτόν.

Αν αυτό αναγνωρίζοταν και αν ο σπουδαστής θυμόταν ότι αυτό που προκαλεί τη δυσκολία δεν είναι η έλλειψη της δύναμης, αλλά η ανεπάρκεια του οργάνου, τότε θα εργαζόταν συχνά με περισσότερο κουράγιο και ελπίδα και επομένως με μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα. Ας νιώσει ότι η ουσιαστική του φύση είναι γνώση και ότι εξαρτάται απ' τον ίδιο σε ποίο βαθμό αυτή η ουσιαστική φύση θα εκφραστεί σ' αυτή την ενσάρκωση. Η έκφραση, πράγματι, περιορίζεται από τις σκέψεις του παρελθόντος, αλλά μπορεί τώρα να αυξηθεί και να γίνει πιο αποτελεσματική από την ίδια δύναμη, η οποία στο παρελθόν διαμόρφωσε την τωρινή. Οι μορφές είναι εύπλαστες και μπορούν να αναπλαστούν, αργά είναι αλήθεια, από τους κραδασμούς της ζωής.

Πάνω απ' όλα ο σπουδαστής ας θυμάται ότι για τη σταθερή ανάπτυξη, είναι απαραίτητη η κανονικότητα της άσκησης. Όταν η άσκηση μιας μέρας χάνεται, απαιτείται τριών ή τεσσάρων ημερών δουλειά για να ισορροπήσει το πισωγύρισμα, τουλάχιστον στη διάρκεια των πρώτων σταδίων της ανάπτυξης. Όταν αποκτηθεί η σ υ ν ή θ ε ι α της σταθερής σκέψης, τότε η κανονικότητα της άσκησης έχει μικρότερη σημασία. Αλλά μέχρι να εδραιωθεί οριστικά η συνήθεια η κανονικότητα έχει τη μεγαλύτερη σπουδαιότητα, γιατί η παλιά συνήθεια της χαλαρής κίνησης επανέρχεται και η ύλη του νοητικού σώματος γυρίζει πίσω στα παλιά της σχήματα και όταν ξαναρχίζει η άσκηση πρέπει να γίνει ξανά η προσπάθεια να ξεφύγει πάλι απ' αυτά. Καλύτερα πέντε λεπτά δουλειάς που θα γίνονται με κανονικότητα, παρά μισή ώρα τη μιά μέρα και τίποτα τις άλλες.

## ΑΝΗΣΥΧΙΑ: Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΣΤΑΜΑΤΗΜΑ ΤΗΣ

Έχει ειπωθεί, και είναι αρκετά αληθινό, ότι οι άνθρωποι γερνάνε περισσότερο από την ανησυχία παρά από τη δουλειά. Η εργασία, αν δεν είναι υπερβολική, δε βλάπτει το όργανο της σκέψης, αλλά αντίθετα το δυναμώνει. Ενώ η νοητική διαδικασία, που είναι γνωστή σαν «ανησυχία», το βλάπτει οριστικά και ύστερα από λίγο χρόνο προκαλεί μια νευρική εξάντληση και ερεθιστικότητα που κάνουν αδύνατη στη σταθερή νοητική εργασία.

Τι είναι η «ανησυχία»; Είναι η διαδικασία της συνεχούς επανάληψης, με μικρές αλλαγές, της ίδιας γραμμής σκέψης, χωρίς να καταλήγει σε κανένα αποτέλεσμα και που δεν επιδιώκει να καταλήξει σε ένα αποτέλεσμα. Είναι η συνεχής αναπαραγωγή σκεπτομορφών, που δημιουργήθηκαν από το νοητικό σώμα και τον εγκέφαλο, όχι από τη συνείδηση, και η αποτύπωσή τους πάνω στη συνείδηση. Όπως οι υπερβολικά κουρασμένοι μύες δεν μπορούν να μείνουν ήρεμοι και κινούνται ασταμάτητα ακόμα και παρά τη θέλησή μας, κατά τον ίδιο τρόπο το κουρασμένο νοητικό σώμα και ο εγκέφαλος επαναλαμβάνουν συνεχώς τους κραδασμούς που τα κούρασαν και ο Στοχαστής προσπαθεί μάταια να τα ηρεμήσει για να βρει έτσι τη γαλήνη. Για μια ακόμη φορά βλέπουμε τον αυτοματισμό, την τάση να κινηθούμε προς την κατεύθυνση προς την οποία έχει ήδη γίνει κάποια κίνηση. Ο Στοχαστής ασχολήθηκε με ένα οδυνηρό θέμα και προσπάθησε να φτάσει σε ένα συγκεκριμένο και χρήσιμο συμπέρασμα. Αποτυχαίνει και παύει να σκέφτεται, αλλά παραμένει ανικανοποίητος, επιθυμώντας να βρει μιά λύση και κυριαρχείται από το φόβο του αναμενόμενου προβλήματος. Αυτός ο φόβος τον κρατάει σε μιά κατάσταση α-

γωνίας και αναστάτωσης, προκαλώντας μιά ακανόνιστη εκροή ενέργειας. Τότε το νοητικό σώμα και ο εγκέφαλος, κάτω από την ώθηση αυτής της ενέργειας και της επιθυμίας, αλλά χωρίς να κατευθύνονται από το Στοχαστή, συνεχίζουν να κινούνται και να προβάλλουν τις εικόνες που είχαν σχηματιστεί και απορριφθεί. Αυτές με τη σειρά τους επιβάλλονται, κατά κάποιον τρόπο, στην προσοχή του Στοχαστή και έτσι ολοκληρωθεί η ακολουθία επαναλαμβάνεται ξανά και ξανά. Καθώς η κούραση αυξάνει, δημιουργείται ερεθιστικότητα η οποία αντιδρά ξανά πάνω στις κουρασμένες μορφές και έτσι η δράση και η αντίδραση συνεχίζονται σε ένα φαύλο κύκλο. Ο Στοχαστής, με την ανησυχία, γίνεται ο σκλάβος των σωμάτων του που θάπρεπε να τον υπηρετούν και υποφέρει κάτω από την τυραννία τους.

Αλλά αυτός ο ίδιος ο αυτοματισμός του νοητικού σώματος και του εγκεφάλου, αυτή η τάση να επαναλαμβάνουν κραδασμούς που έχουν ήδη παραχθεί, μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να διορθώσει την άσκοπη επανάληψη σκέψεων που προκαλούν πόνο. Όταν ένα ρεύμα σκέψης έχει ανοίξει για τον εαυτό του ένα κανάλι — μια σκεπτομορφή, — καινούργια ρεύματα σκέψης έχουν την τάση να περνούν μέσα από το ίδιο μονοπάτι, επειδή αυτό είναι η γραμμή της ελάχιστης αντίστασης. Έτσι μιά σκέψη που προκαλεί φόβο εύκολα επανέρχεται απ' την έλξη του φόβου, όπως μια σκέψη που προκαλεί ευχαρίστηση επανέρχεται απ' την έλξη της αγάπης. Το αντικείμενο του φόβου, η εικόνα εκείνου που θα συμβεί όταν η προσδοκία γίνει πραγματικότητα, δημιουργεί έτσι ένα νοητικό κανάλι, ένα καλούπι για τη σκέψη και επίσης ένα εγκεφαλικό μονοπάτι. Η τάση του νοητικού σώματος και του εγκεφάλου, όταν δεν απασχολούνται σε άμεσο έργο, είναι να

επαναλαμβάνουν τη μορφή και να αφήνουν την αχρησιμοποίητη ενέργεια να κυλάει στο κανάλι που έχει ήδη σχηματιστεί.

Ο καλύτερος, ίσως, τρόπος για να απαλλαγείτε από ένα «κανάλι ανησυχίας», είναι να ανοίξετε ένα άλλο, ακριβώς αντίθετου χαρακτήρα. Ένα τέτοιο κανάλι, όπως έχουμε ήδη δει, φτιάχνεται με την καθορισμένη, επίμονη και κανονική σκέψη. Ένα άτομο που υποφέρει από ανησυχία, ας αφιερώνει τρία ή τέσσερα λεπτά κάθε πρωί μόλις ξυπνάει σε μερικές ευγενικές και ενθαρρυντικές σκέψεις: «Ο Εαυτός είναι Γαλήνη· είμαι εκείνος ο Εαυτός. Ο Εαυτός είναι Δύναμη· είμαι εκείνος ο Εαυτός». Ας σκέφτεται ότι στην εσώτατη φύση του είναι ένα με τον Υπέρτατο Πατέρα· ότι σ' εκείνη τη φύση είναι αθάνατος, αμετάβλητος, άφοβος, ελεύθερος, γαλήνιος, δυνατός· ότι έχει περιβληθεί με φθαρτά ενδύματα που νιώθουν το αγκάθι του πόνου, τις δαγκάνες της αγωνίας· ότι εντελώς λαθεμένα θεωρεί αυτά σαν τον εαυτό του. Καθώς θα σκέφτεται έτσι, η Γαλήνη θα τον τυλίγει και θα τη νιώθει δική του, σαν φυσική του ατμόσφαιρα.

Όταν το κάνει αυτό, μέρα με τη μέρα η σκέψη θα ανοίξει ένα δικό της κανάλι στο νοητικό σώμα και τον εγκέφαλο και σε λίγο καιρό, όταν ο νους θα είναι ελεύθερος από εργασία, η σκέψη του Εαυτού που είναι Γαλήνη και Δύναμη θα παρουσιάζεται ανεμπόδιση και θα τυλίγει τα φτερά της γύρω στο νου μέσα στην αναστάτωση του κόσμου. Η νοητική ενέργεια θα κυλάει φυσικά μέσα σ' αυτό το κανάλι και η ανησυχία θα ανήκει στο παρελθόν.

Ένας άλλος τρόπος είναι να εκπαιδεύσουμε το νου να αναπαύεται στον Καλό Νόμο, εδραιώνοντας έτσι μια συνήθεια ικανοποίησης. Στην περίπτωση αυτή ο άνθρωπος καλλιεργεί τη σκέψη ότι όλες οι συνθή-

κες εργάζονται μέσα στο Νόμο και ότι τίποτα δε συμβαίνει στην τύχη. Μόνο αυτό που μας φέρνει ο Νόμος μπορεί να φτάσει σε μας, με οποιοδήποτε χέρι κι αν μας έρθει εξωτερικά. Τίποτα δεν μπορεί να μας βλάψει, το οποίο να μη μας οφείλεται προερχόμενο από τις προηγούμενες επιθυμίες και δράσεις μας· κανένας δεν μπορεί να μας αδικήσει, παρά μόνο σαν ένα όργανο του Νόμου, εισπράττοντας από μας κάποιο οφειλόμενο χρέος. Ακόμη και όταν εμφανίζεται στο νου μία προσδοκία πόνου ή αναστάτωσης, θα κάνουμε καλά να την αντιμετωπίζουμε ήρεμα, να την αποδεχόμαστε, να συμφωνούμε. Το μεγαλύτερο μέρος του πόνου εξαφανίζεται όταν συναινούμε στην απόφαση του Νόμου, οποιαδήποτε κι αν είναι. Και αυτό μπορούμε να το κάνουμε πιά εύκολα, αν θυμόμαστε ότι ο Νόμος εργάζεται πάντα για να μας ελευθερώσει, αξιώνοντας τις οφειλές που μας κρατούν στη φυλακή και, αν και αυτό μας προκαλεί πόνο, ο πόνος δεν είναι παρά ο δρόμος προς την ευτυχία. Κάθε πόνος, αδιάφορο από το πώς έρχεται, εργάζεται για την έσχατη ευδαιμονία μας και δεν κάνει τίποτα άλλο από το να σπάει τα δεσμά που μας κρατούν δεμένους στον περιστρεφόμενο τροχό των γεννήσεων και του θανάτου.

Όταν οι σκέψεις αυτές γίνουν συνήθεια, ο νους παύει να ανησυχεί, γιατί οι δαγκάνες της ανησυχίας δεν μπορούν να εισχωρήσουν σ' αυτή την ισχυρή πανοπλία της γαλήνης.

### ΣΚΕΨΗ ΚΑΙ ΣΤΑΜΑΤΗΜΑ ΤΗΣ ΣΚΕΨΗΣ

Μεγάλη δύναμη μπορούμε να κερδίσουμε αν μάθουμε να σκεφτόμαστε αλλά και να σταματάμε τη σκέψη κατά βούληση. Όταν σκεφτόμαστε, πρέπει να βλέπουμε όλο το νου μας στη σκέψη και να σκεφτόμαστε

όσο καλύτερα μπορούμε. Αλλά όταν το έργο της σκέψης τελειώνει, πρέπει να σταματάει ο λ ό τ ε λ α, και όχι να ταλαντευόμαστε αφηρημένα, αγγίζοντας και αφήνοντας το νου, όπως μια βάρκα που χτυπάει πάνω στα βράχια. Ένας άνθρωπος δεν αφήνει μια μηχανή να δουλεύει όταν δεν παράγει έργο, για να μη φθείρεται άσκοπα ο μηχανισμός της. Αλλά ο πολύτιμος μηχανισμός του νου αφήνεται να γυρίζει συνεχώς άσκοπα, φθείροντας τον εαυτό του χωρίς χρησιμο αποτέλεσμα. Το να μάθουμε να σταματάμε τη σκέψη, να αφήνουμε το νου να αναπαύεται, είναι ένα απόκτημα ανυπολόγιστης αξίας. Όπως τα άκρα του σώματος ικανοποιούνται όταν τεντώνονται σε ανάπαυση, έτσι και ο κουρασμένος νους βρίσκει ανακούφιση στην απόλυτη ακινησία. Συνεχής σκέψη σημαίνει συνεχής κραδασμός· συνεχής κραδασμός σημαίνει συνεχής φθορά. Εξάντληση και πρόωρη αποσύνθεση προκύπτουν απ' αυτή την άχρηστη κατανάλωση ενέργειας. Ένας άνθρωπος μπορεί να διατηρήσει τόσο το νοητικό σώμα όσο και τον εγκέφαλο περισσότερο καιρό, αν μάθει να σταματάει τη σκέψη όταν η σκέψη δεν κατευθύνεται προς ένα χρησιμο αποτέλεσμα.

Είναι αλήθεια ότι το «σταμάτημα της σκέψης» δεν είναι καθόλου εύκολη επίτευξη. Ίσως είναι ακόμα πιά δύσκολο κι από τη σκέψη. Πρέπει να ασκείται για πολύ σύντομες περιόδους μέχρι να εδραιωθεί η συνήθεια, γιατί στην αρχή απαιτείται μια κατανάλωση ενέργειας για τη συγκράτηση του νου ήρεμου. Ο σπουδαστής αφού έχει σκεφτεί σταθερά, ύστερα ας σταματάει τη σκέψη και ας αποσύρει την προσοχή του από οποιαδήποτε σκέψη εμφανίζεται στο νου. Ας αποφεύγει επίμονα κάθε εισβολέα. Αν χρειαστεί, σαν ένα βήμα προς την αταραξία, ας φανταστεί ένα κενό και ας προσπαθεί να έχει συνείδηση μόνο της ηρεμίας

ας και του σκοταδιού. Αν επιμείνει, η άσκηση πάνω σ' αυτή τη γραμμή θα γίνεται όλο και περισσότερο κατανοητή και ένα αίσθημα ηρεμίας και γαλήνης θα ενθαρρύνει το σπουδαστή να συνεχίσει.

Δε θα πρέπει επίσης να ξεχνάμε ότι το σταμάτημα της σκέψης, που είναι απασχολημένη σε εξωτερικές δραστηριότητες, είναι μια απαραίτητη προϋπόθεση για εργασία σε ανώτερα πεδία. Όταν ο νους μάθει να ηρεμεί, όταν δεν προβάλλει πιά ανυπόμονα τις χαλαρές εικόνες των περασμένων δραστηριοτήτων, τότε ανοίγεται η δυνατότητα της απόσυρσης της συνειδησης από το φυσικό της ένδυμα και της ελεύθερης δραστηριότητάς της στο δικό της κόσμο. Εκείνοι που ελπίζουν να κάνουν αυτό το βήμα προς τα μπρος στην τωρινή τους ζωή, πρέπει να μάθουν να σταματούν τη σκέψη, γιατί μόνο όταν «οι τροποποιήσεις του σκεπτόμενου στοιχείου» ελέγχονται στο κατώτερο πεδίο, μόνο τότε μπορεί να αποκτηθεί ελευθερία στο ανώτερο.

Ένας άλλος τρόπος για να χαρίζουμε ανάπαυση στο νοητικό σώμα και στον εγκέφαλο —ένας πολύ πιο εύκολος τρόπος από το σταμάτημα της σκέψης— είναι η αλλαγή της σκέψης. Ένας άνθρωπος που σκέφτεται έντονα και επίμονα πάνω σε μια γραμμή σκέψης, θα πρέπει να έχει μια δεύτερη γραμμή σκέψης, όσο πιο διαφορετική από την πρώτη γίνεται, στην οποία να μπορεί να στρέψει το νου του για αναζωογόνηση. Η υπερβολική φρεσκάδα και νεανικότητα της σκέψης που χαρακτήριζε και σε μεγάλη ηλικία τον Ουίλλιαμ Ήγουαρτ Γκλάνστον, ήταν σε μεγάλο βαθμό αποτέλεσμα των δευτερευουσών νοητικών δραστηριοτήτων της ζωής του. Η ισχυρή και επίμονη σκέψη του ήταν αφιερωμένη στην πολιτική, αλλά οι μελέτες του για τη θεολογία και την Ελλάδα γέμιζαν πολλές από

τις ελεύθερες ώρες του. Είναι αλήθεια ότι ήταν μέτριος θεολόγος και δεν είμαι σε θέση να τον κρίνω ως προς τις μελέτες του για την Ελλάδα· αλλά αν και ο κόσμος δεν έγινε πλουσιότερος από τις θρησκευτικές διακηρύξεις του, όμως ο εγκέφαλός του διατηρήθηκε ενεργός και δεκτικός χάρη σ' αυτές και στις ελληνικές μελέτες του. Από την άλλη μεριά, ο Τσάρλς Ντάρβιν παραπονιόταν στα γεράματά του, ότι από κακή χρήση είχε αφήσει να ατροφήσουν εκείνες οι ικανότητές του που θα μπορούσαν να σχετιστούν με θέματα έξω από τη δική του ειδικευμένη εργασία. Η φιλολογία και η τέχνη δεν τον τραβούσαν καθόλου, και ένιωσε έντονα τους περιορισμούς που είχε επιβάλλει στον εαυτό του από την υπερβολική του απορρόφηση σε μια γραμμή μελέτης. Ο άνθρωπος χρειάζεται ευκαιρίες άσκησης στη σκέψη όπως και στο σώμα, διαφορετικά μπορεί να υποφέρει από νοητική κράμπα όπως μερικοί υποφέρουν από την κράμπα του γραφέα.

Είναι ίσως ιδιαίτερα σημαντικό για τους ανθρώπους που ασχολούνται με κοσμικές επιδιώξεις, να διαλέγουν ένα θέμα που να απαιτεί ικανότητες του νου που δεν ασκούνται στις επιχειρηματικές τους δραστηριότητες· ένα θέμα σχετικά με την τέχνη, την επιστήμη, ή τη φιλολογία στο οποίο να βρίσκουν νοητική διασκέδαση και εκλέπτυνση. Οι νέοι πάνω απ' όλα θα πρέπει να υιοθετούν μια τέτοια αναζήτηση, πριν ο ενεργός και δραστήριος εγκέφαλός τους κουραστεί και φθαρεί και με τον καιρό θα βρίσκουν μέσα στον εαυτό τους πηγές που θα εμπλουτίζουν και θα φωτίζουν τις μέρες των γηρατειών τους. Η μορφή θα διατηρήσει την ελαστικότητά της για πολύ μεγαλύτερη χρονική περίοδο, αν της παρέχεται η ευκαιρία για ανάπαυση με αυτή την αλλαγή απασχόλησης.

ΤΟ ΜΥΣΤΙΚΟ ΤΗΣ ΓΑΛΗΝΗΣ ΤΟΥ ΝΟΥ

Πολλά απ' αυτά τα οποία ήδη μελετήσαμε, μας λένε αρκετά για τον τρόπο με τον οποίο μπορεί να εξασφαλιστεί η γαλήνη του νου. Αλλά η θεμελιώδης προϋπόθεση γι' αυτό, είναι η καθαρή αναγνώριση και αντίληψη της θέσης μας στο σύμπαν.

Είμαστε μέρος μιας μεγάλης Ζωής, η οποία δε γνωρίζει αποτυχία, ούτε χάσιμο προσπάθειας ή δύναμης, η οποία «παντοδύναμη και απαλά τακτοποιεί όλα τα πράγματα», οδηγώντας τους κόσμους προς τα πάνω, προς το σκοπό τους. Η ιδέα ότι η δική μας μικρή ζωή είναι μια χωριστή ανεξάρτητη μονάδα, η οποία μάχεται μόνη της ενάντια σε αμέτρητες χωριστές ανεξάρτητες μονάδες, είναι η πιο φοβερή πλάνη. Όσο καιρό θα βλέπουμε τον κόσμο και τη ζωή μ' αυτό τον τρόπο, η γαλήνη θα στέκεται μακριά από μας σε μια απροσέγγιστη κορυφή. Όταν νιώθουμε και γνωρίζουμε ότι όλοι οι εαυτοί είναι ένα, τότε η γαλήνη του νου είναι δική μας χωρίς φόβο απώλειας.

Όλα τα προβλήματά μας προέρχονται απ' το ότι σκεφτόμαστε τον εαυτό μας σαν χωριστή μονάδα, και έτσι καλλιεργούμε τους δικούς μας νοητικούς περιορισμούς, σκεφτόμενοι μόνο τα δικά μας ξεχωριστά ενδιαφέροντα, τους χωριστούς σκοπούς μας, τις χωριστές χαρές και λύπες μας. Μερικοί το κάνουν αυτό σχετικά με τα κατώτερα πράγματα της ζωής και αυτοί είναι οι πιο δυσσαρестημένοι απ' όλους, αρπάζοντας ασταμάτητα από το γενικό απόθεμα των υλικών αγαθών και συσσωρεύοντας άχρηστους θησαυρούς. Άλλοι αναζητούν τη δική τους χωριστή πρόοδο στην ανώτερη ζωή, αλλά αν και είναι καλοί και ειλικρινείς άνθρωποι είναι πάντα δυσσαρестημένοι και αγωνιώδεις. Συνεχώς παραπονιούνται και αναλύουν τον εαυτό

τους. «Προχωρώ; Ξέρω περισσότερα απ' όσα ήξερα πέρυσι;» και συνέχεια τα ίδια, ανησυχώντας για τη συνεχή επιβεβαίωση και πρόοδο, και με τις σκέψεις τους συγκεντρωμένες στο δικό τους εσωτερικό κέρδος.

Η γαλήνη δε βρίσκεται στη συνεχή αναζήτηση της ικανοποίησης του χωριστού εαυτού, έστω και αν αυτή η ικανοποίηση είναι ανώτερου είδους. Βρίσκεται στην απάρνηση του χωριστού εαυτού, στην παραμονή στον Εαυτό που είναι Ένας, στον Εαυτό που εκδηλώνεται σε κάθε στάδιο εξέλιξης και στο δικό μας στάδιο όπως και σε κάθε άλλο και που περιέχεται σε όλα.

Η επιθυμία για πνευματική πρόοδο έχει μεγάλη αξία, όσο καιρό οι κατώτερες επιθυμίες μπερδεύουν και εμποδίζουν το ζηλωτή· βρίσκει τη δύναμη να ελευθερωθεί απ' αυτές με την παθιασμένη επιθυμία για πνευματική ανάπτυξη. Αλλά η επιθυμία αυτή δε χαρίζει, ούτε μπορεί να χαρίσει την ευτυχία, η οποία βρίσκεται μόνο όταν ο χωριστός εαυτός παραμεριστεί και αναγνωριστεί ότι όλοι ζούμε στον κόσμο για χάρη του μεγάλου Εαυτού. Ακόμα και στην καθημερινή ζωή τα αλτρουιστικά άτομα είναι τα πιο ευτυχισμένα, εκείνα που εργάζονται για να κάνουν τους άλλους ευτυχισμένους και ξεχνούν τον εαυτό τους. Τα ανικανοποίητα άτομα είναι κείνα που αναζητούν πάντα την ευτυχία για τον εαυτό τους.

Είμαστε ο Εαυτός και επομένως οι χαρές και οι λύπες των άλλων είναι δικές μας όσο και δικές τους και όσο περισσότερο το νιώθουμε αυτό και μαθαίνουμε να ζούμε έτσι ώστε ολόκληρος ο κόσμος να μοιράζεται τη ζωή που κυλάει από μέσα μας, τόσο περισσότερο ο νους μαθαίνει το Μυστικό της Γαλήνης.

«Φτάνει στη Γαλήνη εκείνος στον οποίο όλες οι επιθυμίες κυλούν όπως κυλάνε τα ποτάμια στον ωκεανό, που είναι γεμάτος με νερό αλλά παραμένει ατάραχος — και όχι εκείνος που επιθυμεί την επιθυμία».<sup>1</sup> Όσο περισσότερο επιθυμούμε, τόσο περισσότερο αναπτύσσεται ο πόθος για ευτυχία — που είναι δυστυχία. Το Μυστικό της Γαλήνης είναι η γνώση του Εαυτού και η σκέψη «Είμαι εκείνος ο Εαυτός», βοηθάει στην απόκτηση της γαλήνης του νου που τίποτα δεν μπορεί να τη διαταράξει.

1. Μ π ά γ κ α θ α ν τ Γ κ έ τ α, ΙΙ, 70.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ Χ

### ΒΟΗΘΩΝΤΑΣ ΑΛΛΟΥΣ ΜΕ ΤΗ ΣΚΕΨΗ

ΤΟ ΠΙΟ σημαντικό απ' όλα τα κέρδη που πετυχαίνει αυτός που εργάζεται για τη δύναμη της σκέψης, είναι η αυξημένη ικανότητα να βοηθάει εκείνους που βρίσκονται γύρω του, τους πιο αδύναμους που δεν έχουν ακόμα μάθει να χρησιμοποιούν τις δικές τους δυνάμεις. Με το νου και την καρδιά του γαληνεμένα, είναι κατάλληλος για να βοηθάει άλλους.

Μια απλή ευγενική σκέψη είναι επιβοηθητική στα μέτρα της, αλλά ο σπουδαστής θα θέλει να κάνει πολύ περισσότερα από το να ρίχνει ένα μικρό ψίχουλο στον πεινασμένο.

Ας πάρουμε πρώτα την περίπτωση ενός ανθρώπου που βρίσκεται κάτω από την εξουσία μιας κακής συνήθειας, όπως του ποτού, και τον οποίο ένας σπουδαστής επιθυμεί να τον βοηθήσει. Θα πρέπει πρώτα να βεβαιωθεί, αν είναι δυνατό, ποιές ώρες είναι πιθανό ο νους του ασθενή να μην είναι απασχολημένος, όπως για παράδειγμα τις ώρες που πηγαίνει για ύπνο. Αν ο άνθρωπος εκείνες τις ώρες θα κοιμάται, είναι ακόμα καλύτερα. Την ώρα εκείνη ο σπουδαστής θα πρέπει να καθήσει κάπου μόνος του και να φανταστεί την εικόνα του ασθενούς του όσο πιο ζωντανά μπορεί, καθισμένο μπροστά του — θα πρέπει να τον απεικονίσει καθαρά και με λεπτομέρειες, έτσι ώστε να μπορεί να βλέπει την εικόνα όπως θα έβλεπε τον ίδιο τον άνθρωπο. (Αυτή η τόσο καθαρή απεικόνιση δεν είναι α-



παραίτητη, αν και η διαδικασία, μέσω αυτής, γίνεται πολύ πιο αποτελεσματική). Ύστερα θα πρέπει να εστιάσει την προσοχή του πάνω στην εικόνα και να κατευθύνει προς αυτήν, με όσο μπορεί μεγαλύτερη προσοχή και συγκέντρωση, τις σκέψεις —μιά - μιά και αργά— τις οποίες επιθυμεί να εντυπώσει πάνω στο νου του ασθενούς του. Θα πρέπει να τις παρουσιάσει σαν καθαρές νοητικές εικόνες, ακριβώς όπως θα έκανε αν συζητούσε μαζί του με λόγια. Στην προκειμένη περίπτωση, θα πρέπει να του παρουσιάσει ζωντανές εικόνες της ασθένειας και της αθλιότητας που συνεπάγεται η συνήθεια του ποτού, της νευρικής κατάρρευσης και του αναπόφευκτου τέλους. Αν ο ασθενής κοιμάται, θα ελκυθεί προς το άτομο που τον σκέφτεται μ' αυτό τον τρόπο και θα ζωογονήσει την εικόνα του εαυτού του που έχει δημιουργηθεί. Η επιτυχία εξαρτάται από τη συγκέντρωση και τη σταθερότητα της σκέψης που κατευθύνεται προς τον ασθενή και ανάλογο με την ανάπτυξη της δύναμης της σκέψης, θα είναι και το αποτέλεσμα της.

Σε μια τέτοια περίπτωση θα πρέπει να ληφθεί φροντίδα ώστε, σε καμιά περίπτωση, να μην επιχειρηθεί έλεγχος πάνω στη θέληση του ασθενούς. Η προσπάθεια θα πρέπει να κατευθύνεται ολοκληρωτικά στο να τοποθετηθούν μπροστά στο νου του οι ιδέες οι οποίες, ελκύοντας τη νόηση και τα συναισθήματά του, μπορούν να τον διεγείρουν ώστε να φτάσει σε μια σωστή κρίση και να κάνει μια προσπάθεια να την πραγματοποιήσει. Αν γίνεται μια προσπάθεια να του εντυπωθεί μια ιδιαίτερη γραμμή συμπεριφοράς και η προσπάθεια πετύχει, ακόμα και τότε λίγα έχουν επιτευχθεί. Η νοητική τάση για ακόλαστα πάθη δεν αλλάζει με το να βάλουμε ένα εμπόδιο στο δρόμο της ενδοτικότητας μιας ιδιαίτερης μορφής· αν εμποδιστεί προς τη

μια κατεύθυνση, θα βρει μια άλλη και ένα καινούργιο πάθος θα αντικαταστήσει το παλιό. Ένας άνθρωπος που με τη βία εξαναγκάζεται σε εγκράτεια μέσω της επιβολής της θέλησής του δεν έχει θεραπευτεί περισσότερο απ' όσο θα θεραπευόταν αν κλεινόταν στη φυλακή. Πέρα απ' αυτό κανένας άνθρωπος δεν πρέπει να προσπαθεί να εντυπώσει τη θέλησή του πάνω σε κάποιον άλλον, έστω και αν επρόκειτο να τον οδηγήσει στο σωστό. Η ανάπτυξη δε βοηθιέται από τέτοιο εξωτερικό καταναγκασμό· η διάνοια πρέπει να έχει πειστεί και τα συναισθήματα πρέπει να έχουν ανυψωθεί και εξαγνισθεί, διαφορετικά κανένα πραγματικό κέρδος δεν πετυχαίνεται.

Αν ο σπουδαστής επιθυμεί να προσφέρει οποιοδήποτε είδος σκεπτο - βοήθειας θα πρέπει να προχωρήσει με τον ίδιο τρόπο, απεικονίζοντας το φίλο του και παρουσιάζοντάς του καθαρά τις ιδέες που θέλει να του μεταδώσει. Μια ισχυρή επιθυμία για το καλό του, που του στέλνεται σαν ένας γενικός προστατευτικός παράγοντας, θα παραμείνει κοντά του σαν σκεπτομορφή για ένα χρονικό διάστημα που θα διαφέρει ανάλογα με τη δύναμη της σκέψης και θα τον προστατεύει ενάντια στο κακό, δρώντας σαν ένα φράγμα απέναντι στις εχθρικές σκέψεις απομακρύνοντας ακόμα και φυσικούς κινδύνους. Μια σκέψη γαλήνης και παρηγοριάς που στέλνεται με παρόμοιο τρόπο θα γαληνέψει και θα καλμάρει το νού, απλώνοντας γύρω στο αντικείμενό της μιαν ατμόσφαιρα ηρεμίας.

Η βοήθεια που συχνά προσφέρεται σε κάποιον άλλο με την προσευχή, είναι σε μεγάλο βαθμό του χαρκτήρα που περιγράψαμε παραπάνω. Η συχνή αποτελεσματικότητα της προσευχής πάνω σε συνηθισμένες καλές επιθυμίες οφείλεται στη μεγάλη συγκέντρωση και ένταση που βάζει ο ευσεβής πιστός στην

προσευχή του. Παρόμοια συγκέντρωση και ένταση θα επιφέρει παρόμοια αποτελέσματα και χωρίς τη χρησιμοποίηση της προσευχής.

Υπάρχει, φυσικά, και ένας άλλος τρόπος με τον οποίο μερικές φορές πετυχαίνει η προσευχή: τραβάει την προσοχή κάποιας υπερανθρώπινης, ή εξελιγμένης ανθρώπινης, διάνοιας στο πρόσωπο για το οποίο προσφέρεται και τότε μπορεί να του παρασχεθεί άμεση βοήθεια από μια δύναμη που ξεπερνάει τη δύναμη του ατόμου που κάνει την προσευχή.

Ίσως θα είναι καλό να παρεμβάλουμε εδώ την παρατήρηση ότι ένα άτομο που δεν έχει πλήρη γνώση, δε θα πρέπει να πανικοβάλλεται και να αποφεύγει να προσφέρει σε κάποιο φίλο του τη σκεπτο-βοήθεια που μπορεί, από το φόβο μήπως «παρεμποδίσει το κάρμα». Ας αφήσει το κάρμα να φροντίσει μόνο του για τη δουλειά του και ας μη φοβάται ότι το παρεμποδίζει περισσότερο, απ' όσο φοβάται ότι μπορεί να παρεμποδίσει το νόμο της βαρύτητας. Αν μπορεί να βοηθήσει το φίλο του, ας το κάνει άφοβα, πεπεισμένος για το γεγονός ότι, αν μπορεί να το κάνει, αυτή η βοήθεια είναι μέσα στο κάρμα του φίλου του και ότι ο ίδιος είναι ο ευτυχησμένος πράκτορας του Νόμου.

#### ΒΟΗΘΩΝΤΑΣ ΤΟΥΣ ΟΝΟΜΑΖΟΜΕΝΟΥΣ ΝΕΚΡΟΥΣ

Όλα όσα μπορούμε να κάνουμε με τη σκέψη μας για τους ζωντανούς, μπορούμε να τα κάνουμε και μάλιστα πιο εύκολα για κείνους που έχουν προχωρήσει μπροστά από μας μέσα από την πύλη του θανάτου, γιατί στη δική τους περίπτωση δεν υπάρχει η βαριά φυσική ύλη που πρέπει να αρχίσει να κραδαίνεται, πριν η σκέψη μπορέσει να φτάσει την άγρυπνη συνείδηση.

Μετά το πέρασμα απ' το θάνατο, η τάση του ανθρώπου είναι να στρέφει την προσοχή του προς τα μέσα και να ζει στο νου μάλλον παρά σε έναν εξωτερικό κόσμο. Τα ρεύματα σκέψης που συνήθιζαν να ξεχύνονται προς τα έξω αναζητώντας τον εξωτερικό κόσμο, μέσω των αισθητήριων οργάνων, τώρα βρίσκονται μπλοκαρισμένα από μια αδειοσύνη η οποία έχει προκληθεί από την εξαφάνιση των οργάνων τους. Είναι σαν έναν άνθρωπο που τρέχει προς μια γνωστή του γέφυρα πάνω από ένα χείμαρρο και ξαφνικά σταματάει μπροστά στο αγεφύρωτο κενό γιατί η γέφυρα έχει εξαφανιστεί.

Η επαναδιευθέτηση του αστρικού σώματος που ακολουθεί αμέσως μετά την απώλεια του φυσικού σώματος, επιτείνει ακόμα περισσότερο το κλείσιμο των νοητικών ενεργειών, την εμπόδιση της εξωτερικής τους έκφρασης. Η αστρική ύλη, αν δε διαταράσσεται από τις πράξεις εκείνων που έχουν μείνει πίσω στη γη, σχηματίζει ένα περιβάλλον κέλυφος αντί για ένα πλαστικό όργανο και όσο πιο ανώτερη και αγνότερη ήταν η γήινη ζωή που τελείωσε, τόσο πιο πλήρες είναι το φράγμα ενάντια στις εντυπώσεις από τα έξω, ή στις αναδύσεις από τα μέσα. Αλλά το άτομο που εμποδίζεται μ' αυτό τον τρόπο ως προς τις προς τα έξω κατευθυνόμενες ενέργειές του, είναι όλο και πιο δεκτικό σε επιρροές από το νοητικό κόσμο και μπορεί επομένως να βοηθηθεί, να παρηγορηθεί και να καθοδηγηθεί πολύ πιο αποτελεσματικά απ' ό,τι όταν βρισκόταν στη γη.

Στον κόσμο στον οποίο έχουν πάει εκείνοι που έχουν ελευθερωθεί από το φυσικό σώμα, μια σκέψη αγάπης είναι τόσο απτή στις αισθήσεις όπως είναι εδώ μια λέξη αγάπης ή ένα τρυφερό χάδι. Γιαυτό ο καθένας που

πεθαίνει, θα πρέπει να ακολουθείται από σκέψεις αγάπης και γαλήνης, από εφέσεις για το γρήγορο πέρασμά του προς τα πάνω μέσα από την κοιλάδα του θανάτου στη μακρινή φωτεινή χώρα. Πολλοί παραμένουν στην ενδιάμεση κατάσταση περισσότερο απ' όσο θα χρειαζόνταν, επειδή το κακό τους κάρμα είναι ότι δεν έχουν φίλους οι οποίοι να γνωρίζουν πώς να τους βοηθήσουν απ' αυτή την πλευρά του θανάτου. Αν οι άνθρωποι πάνω στη γη ήξεραν πόση άνεση και ευτυχία δοκιμάζουν οι οδοιπόροι των ουράνιων κόσμων από αυτούς τους αληθινά αγγελικούς αγγελιαφόρους, αυτές τις σκέψεις αγάπης και παρηγοριάς, αν ήξεραν πόση δύναμη έχουν να ενισχύσουν και να παρηγορήσουν, τότε κανένας νεκρός δε θα εγκαταλειπόταν μόνος από κείνους που μένουν πίσω στη γη. Ο αγαπημένος «νεκρός» δέχεται σίγουρα την αγάπη και τη φροντίδα μας, αλλά πέρα απ' αυτό πόσο μεγάλη είναι η παρηγοριά για την καρδιά, η οποία στερήθηκε την παρουσία που έδινε φως στη ζωή της, όταν ξέρει ότι μπορεί ακόμα να υπηρετήσει τον αγαπημένο και να τον περιβάλει στο δρόμο του με τους φύλακες άγγελους της σκέψης.

Οι αποκρυφιστές που ίδρυσαν τις μεγάλες θρησκείες, δεν ξέχασαν αυτήν την υπηρεσία που οφείλουν εκείνοι που έμειναν στη γη σε κείνους που έχουν φύγει. Ο Ινδουιστής έχει τη Σράντα του, με την οποία βοηθάει στο δρόμο τους τις ψυχές εκείνων που έχουν περάσει στον άλλο κόσμο, επιταχύνοντας το πέρασμά τους στο Σβάργκα. Οι Χριστιανικές Εκκλησίες έχουν Λειτουργίες και Προσευχές για το «νεκρό». «Χάρισέ του, Κύριε, αιώνια ειρήνη και το αιώνιο φως ας τον φωτίζει», έτσι προσεύχεται ο Χριστιανός για το φίλο του στον άλλο κόσμο. Από τους Χριστιανούς μόνο οι Προτεστάντες έχουν χάσει αυτή την ευγενική συνή-

θεια μαζί με πολλά άλλα που ανήκουν στην ανώτερη ζωή ενός Χριστιανού.

## ΣΚΕΠΤΟ - ΕΡΓΑΣΙΑ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΟ ΣΩΜΑ

Δεν πρέπει να περιορίζουμε τις σκεπτο - δραστηριότητες μας στις ώρες που περνάμε μέσα στο φυσικό σώμα, γιατί μια πολύ αποτελεσματική εργασία με τη σκέψη μπορεί να γίνει όταν το σώμα μας κοιμάται γαλήνια.

Η διαδικασία της «προετοιμασίας για ύπνο» είναι απλώς η απόσυρση της συνείδησης, ντυμένης με τα λεπτότερα σώματά της, από το φυσικό σώμα το οποίο αφήνεται τυλιγμένο στον ύπνο, ενώ ο ίδιος ο άνθρωπος περνάει στον αστρικό κόσμο. Ελεύθερος από το φυσικό του σώμα είναι πολύ πιο ισχυρός σχετικά με τα αποτελέσματα που μπορεί να παράγει με τη σκέψη του, αλλά τον περισσότερο χρόνο δεν την στέλνει προς τα έξω, αλλά τη χρησιμοποιεί μέσα του πάνω σε θέματα που τον ενδιαφέρουν κατά την εγρήγορση. Οι σκεπτο - ενέργειές του κυλούν στα συνηθισμένα καλούπια και εργάζονται πάνω στα προβλήματα τα οποία η εν εγρηγόρσει συνείδησή του δεν έχει το χρόνο να τα λύσει.

Η παροιμία «η νύχτα φέρνει συμβουλή», και η υπόδειξη στην περίπτωση που πρέπει να παρθεί μια σημαντική απόφαση «κοιμήσου πριν αποφασίσεις», δεν είναι παρά ασαφείς διαισθήσεις του γεγονότος της νοτικής δραστηριότητας κατά τις ώρες του ύπνου. Χωρίς καμιά σκόπιμη προσπάθεια να χρησιμοποιήσει την ελευθερωμένη του διάνοια, ο άνθρωπος συγκεντρώνει και θερίζει τους καρπούς του κόπου του.

Εκείνοι, όμως, που επιζητούν να κατευθύνουν την

εξέλιξή τους αντί να την αφήσουν να προχωράει μόνη της, πρέπει συνειδητά να προσφέρουν στον εαυτό τους τις μεγαλύτερες δυνάμεις που μπορούν να ασκήσουν όταν δεν εμποδίζονται από το βάρος του σώματος. Η μέθοδος για να το πετύχουν είναι απλή. Οποιοδήποτε πρόβλημα το οποίο χρειάζεται λύση, θα πρέπει να κρατιέται ήρεμα στο νου όταν πηγαίνουν για ύπνο. Δεν πρέπει να το σκέφτονται, να το εξετάζουν, ή να εμποδίζουν τον ύπνο εξαιτίας του, αλλά απλώς να αναφέρεται και ύστερα να αφήνεται. Αυτό αρκεί για να δώσει την απαιτούμενη κατεύθυνση στη σκέψη και ο Στοχαστής θα το πάρει και θα ασχοληθεί μαζί του, όταν ελευθερωθεί από το φυσικό σώμα. Η λύση βρίσκεται συνήθως στο νου κατά την αφύπνιση, δηλαδή ο Στοχαστής θα την έχει εντυπώσει στον εγκέφαλο — και είναι χρήσιμο να έχετε χαρτί και μολύβι δίπλα στο κρεβάτι σας για να σημειώσετε τη λύση αμέσως μόλις ξυπνήσετε· γιατί μια σκέψη που αποκτιέται μ' αυτό τον τρόπο σβήνεται πολύ εύκολα από τα έντονα ερεθίσματα του εξωτερικού κόσμου και δεν επανέρχεται εύκολα. Πολλές από τις δυσκολίες της ζωής μπορούν να φανούν καθαρά μ' αυτό τον τρόπο και ένα μπερδεμένο μονοπάτι να ξεκαθαρίσει. Και πολλά από τα νοητικά προβλήματα μπορούν επίσης να βρουν λύση, όταν υποβάλλονται στη διάνοια χωρίς το βάρος του πυκνού εγκεφάλου.

Σχεδόν με τον ίδιο τρόπο, ένας μαθητής μπορεί κατά τις ώρες του ύπνου να βοηθήσει ένα φίλο σ' αυτόν τον κόσμο ή στον άλλο. Πρέπει να απεικονίσει το φίλο του στο νου του και να αποφασίσει να τον βρει και να τον βοηθήσει. Η νοητική εικόνα θα φέρει τον ίδιο και το φίλο του σε επαφή και θα επικοινωνήσουν μεταξύ τους στον αστρικό κόσμο. Αλλά στην περίπτωση που κάποιο συναίσθημα διεγείρεται από τη σκέψη

του φίλου — όπως στην περίπτωση κάποιου νεκρού — ο σπουδαστής θα πρέπει να προσπαθήσει να το ηρεμήσει πριν πέσει για ύπνο. Γιατί τα συναισθήματα προκαλούν μια δίνη στο αστρικό σώμα και αν αυτό το σώμα βρίσκεται σε κατάσταση μεγάλης αναστάτωσης, απομονώνει τη συνείδηση και εμποδίζει τους νοητικούς κραδασμούς να περάσουν προς τα έξω.

Σε μερικές περιπτώσεις τέτοιας επικοινωνίας στον αστρικό κόσμο, μπορεί κατά την αφύπνιση να μείνει στη μνήμη ένα «όνειρο», ενώ σε άλλες δεν παραμένει κανένα ίχνος. Το όνειρο είναι η καταγραφή — συχνά συγχυσμένη και ανακατωμένη με ξένους κραδασμούς — της συνάντησης έξω από το σώμα και θα πρέπει να θεωρείται σαν τέτοιο. Αλλά αν δεν εμφανίζεται κανένα ίχνος στον εγκέφαλο, αυτό δεν πειράζει, επειδή οι δραστηριότητες της ελεύθερης διάνοιας δεν εμποδίζονται από την άγνοια του εγκεφάλου που δε λαμβάνει μέρος σ' αυτές. Η χρησιμότητα ενός ανθρώπου στον αστρικό κόσμο δεν καθορίζεται από τις μνήμες που εντυπώνονται στον εγκέφαλο από την επιστρέφουσα συνείδηση και οι μνήμες αυτές μπορεί να λείπουν τελείως, ενώ ένα πολύ ευεργετικό έργο εκτελείται κατά τις ώρες του ύπνου του σώματος.

Μια άλλη μορφή σκεπτο - εργασίας για την οποία ελάχιστα θυμόμαστε και η οποία μπορεί να γίνει είτε μέσα είτε έξω από το φυσικό σώμα, είναι η βοήθεια των καλών σκοπών, των δημόσιων κινήσεων που είναι ευεργετικές για την ανθρωπότητα. Το να τις σκεφτόμαστε με έναν καθορισμένο τρόπο, σημαίνει ότι στέλνουμε ρεύματα βοήθειας από τα εσωτερικά πεδία της ύπαρξης, και αυτό μπορούμε να το εξετάσουμε ειδικά σε σχέση με τη:

ΔΥΝΑΜΗ ΤΗΣ ΣΥΝΔΥΑΣΜΕΝΗΣ ΣΚΕΨΗΣ

Η αυξημένη δύναμη που μπορεί να αποκτηθεί από την ένωση μερικών ανθρώπων για τη βοήθεια ενός κοινού αντικειμένου, αναγνωρίζεται όχι μόνο από τους αποκρυφιστές αλλά απ' τον καθένα που γνωρίζει κάτι για τη βαθύτερη επιστήμη του νου. Συνηθίζεται, σε ορισμένα μέρη της Χριστιανοσύνης, πριν στείλουν μια αποστολή που θα διδάξει το Ευαγγέλιο σε μια ορισμένη περιοχή, να αρχίζουν με καθορισμένη και σταθερή σκέψη. Για παράδειγμα, μια μικρή ομάδα από Ρωμαιοκαθολικούς θα συναντιέται για μερικές βδομάδες ή μήνες, πριν σταλεί η αποστολή, και θα προετοιμάζει το έδαφος στο οποίο πρόκειται να εργαστεί φανταζόμενοι τον τόπο, σκεφτόμενοι τον εαυτό τους εκεί και ύστερα διαλογιζόμενοι σκόπιμα πάνω σε μερικά καθορισμένα δόγματα της Εκκλησίας. Μ' αυτό τον τρόπο δημιουργείται στην περιοχή μια ατμόσφαιρα σκέψης που ευνοεί την εξαπλώση των Ρωμαιοκαθολικών διδασκαλιών και προετοιμάζονται δεκτικοί εγκέφαλοι που θα επιθυμούν να δεχτούν την καθοδήγηση. Η σκεπτο-εργασία θα βοηθηθεί με την πρόσθετη ένταση που δίνεται από την ένθερμη προσευχή, μια άλλη μορφή σκεπτο-εργασίας, που πυροδοτείται από το θρησκευτικό ζήλο.

Τα διαλογιζόμενα τάγματα της Ρωμαιοκαθολικής Εκκλησίας κάνουν πάρα πολύ καλό και χρήσιμο έργο με τη σκέψη, όπως κάνουν και οι ερημίτες των Ινδουιστικών και Βουδιστικών πίστεων. Οπουδήποτε μια καλή και αγνή διάνοια αρχίζει να εργάζεται για να βοηθήσει τον κόσμο σκορπίζοντας σ' αυτόν ευγενικές και ανώτερες σκέψεις, εκεί προσφέρεται αληθινή υπηρεσία στον άνθρωπο και ο μοναχικός στοχαστής γίνεται ένας από τους ανυψωτές του κόσμου.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

ΕΤΣΙ μπορούμε να μάθουμε να χρησιμοποιούμε αυτές τις μεγάλες δυνάμεις που βρίσκονται μέσα σε όλους μας, και να τις χρησιμοποιούμε για όσο το δυνατόν καλύτερο αποτέλεσμα. Καθώς θα τις χρησιμοποιούμε αυτές θα αναπτύσσονται, μέχρις ότου με έκπληξη και ικανοποίηση θα ανακαλύψουμε πόσο μεγάλη ικανότητα για υπηρεσία κατέχουμε.

Ας θυμόμαστε ότι συνεχώς χρησιμοποιούμε αυτές τις δυνάμεις ασυνείδητα, σπασμωδικά, αδύναμα, επηρεάζοντας πάντα για καλό ή για κακό εκείνους που μας περιβάλλουν στο δρόμο της ζωής μας. Εδώ προσπαθήσαμε να παρακινήσουμε τον αναγνώστη να χρησιμοποιεί αυτές τις δυνάμεις συνειδητά, σταθερά και ισχυρά. Δεν μπορούμε να σταματήσουμε να σκεφτόμαστε ως ένα βαθμό, οσοδήποτε αδύναμα και αν είναι τα ρεύματα σκέψης που δημιουργούμε. Π ρ έ π ε ι να επηρεάζουμε εκείνους που βρίσκονται γύρω μας είτε το θέλουμε είτε όχι. Το μόνο θέμα για το οποίο πρέπει να αποφασίσουμε είναι για το αν θέλουμε να το κάνουμε ευεργετικά ή επιζήμια, αδύναμα ή ισχυρά, άσκοπα ή με σταθερό σκοπό. Δεν μπορούμε να εμποδίσουμε τις σκέψεις των άλλων να αγγίζουν το νου μας· μπορούμε μόνο να διαλέξουμε ποιές θα δεχτούμε και ποιές θα απορρίψουμε. Πρέπει να επηρεάζουμε και να επηρεαζόμαστε. Αλλά μπορούμε να επηρεάζουμε τους άλλους προς το καλό τους ή προς ζημία

τους και μπορούμε να επηρεαζόμαστε από το καλό ή από το κακό. Εδώ βρίσκεται η εκλογή μας, μια εκλογή βαρυσήμαντη για τον εαυτό μας και για τον κόσμο:

Διάλεξε σωστά· γιατί η εκλογή σου είναι σύντομη, αλλά όμως αιώνια.

## ΕΙΡΗΝΗ ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΟΝΤΑ

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελ.
Πρόλογος	9
Εισαγωγή	11
ΚΕΦΑΛΑΙΑ	
I Η Φύση της Σκέψης	19
II Ο Δημιουργός της Πλάνης	28
III Μεταβίβαση Σκέψης	40
IV Η Αρχή της Σκέψης	47
V Μνήμη	56
VI Η Ανάπτυξη της Σκέψης	66
VII Συγκέντρωση	79
VIII Εμπόδια στη Συγκέντρωση	94
IX Η Ενίσχυση της Δύναμης της Σκέψης	105
X Βοηθώντας Άλλους με τη Σκέψη	119
Επίλογος	129