

# Η ΕΘΝΙΚΗ ΠΑΡΑΔΟΣΗ

M.D.S.M.D.L.U.A.F.D.L.T.



## [Η ΕΘΝΙΚΗ ΠΑΡΑΔΟΣΗ ►](#)

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Θα επιδιώξουμε να παρουσιάσουμε με συντομία τις στοιχειώδεις αρχές της " Εθνικής Παράδοσης ", οι οποίες εν τούτοις αποτελούν ταυτόχρονα και χωρίς εξαίρεση, τις βάσεις κάθε υγιούς μνητικής διδασκαλίας. Η έκθεση αυτή απέχει πολύ από το να είναι πλήρης, αλλά δίνει μία σχετικά σαφή εικόνα. Δεν θα πραγματευθούμε εδώ το θεοσοφικό σύστημα της εν λόγω παράδοσης, ούτε άλλα επιμέρους θέματα, με εξαίρεση την αστρολογική της μέθοδο, που εξετάζουμε στο σχετικό κεφάλαιο με συντομία ( [ΑΣΤΡΟΣΟΦΙΑ ►](#) ).

### ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟΝ

#### Ο ΧΑΡΑΚΤΗΡΑΣ ΚΑΙ Η ΔΙΑΠΛΑΣΗ ΤΟΥ

1. Ο άνθρωπος έχει μία ιδιαίτερη [προσωπικότητα ►](#) ( χαρακτήρα ), που αποτελείται από τον συνδυασμό των νοητικών, ψυχικών και υλικών εκδηλώσεων ( σκέψεις, αισθήματα, σώμα ), με την αυτοσυνείδηση.
2. Λόγω της διαφοράς που έχει η προσωπικότητα του κάθε ανθρώπου από τις προσωπικότητες των άλλων, πρέπει αυτή να αποτελείται από σκέψεις, αισθήματα και πράξεις, σύμφωνες με την ατομική μας λογική και την φωνή της δικής μας συνείδησης (τελείως διαφορετικής από τις στερεότυπες προκαταλήψεις), χωρίς να είναι επηρεασμένη από τα ήθη, τα έθιμα, τις προλήψεις και τις ιδέες που κυκλοφορούν στην κοινωνία.
3. Οι επιδράσεις αυτές επιβάλλονται στον άνθρωπο μέσω της ανατροφής, κυρίως κατά την παιδική του ηλικία ( απωθημένα, κόμπλεξ κλπ ) και επίσης εξ' αιτίας της παθητικότητας των αισθημάτων και των σκέψεών του ( προλήψεις, έθιμα, συνήθειες κλπ).

4.Όταν ο άνθρωπος βασίζει τα πιστεύω του στην προσωπική του εμπειρία και όχι σε αυτό που άλλοι θέλουν να δουν για λογαριασμό του, σχηματίζει ισχυρή προσωπικότητα, η οποία δεν επηρεάζεται εύκολα και συνεπώς είναι ελεύθερη.

5.Μία ισχυρή προσωπικότητα οφείλει να καταβάλει προσπάθεια για την αποβολή των διαφόρων ελαττωμάτων, όπως ο εγωισμός, η οργή, η ζήλια, τα διάφορα πάθη, οι διαστροφές, ο φόβος, οι ανασφάλειες, η υλιστικότητα, η κολακεία, τα μυστικά και οι υποσχέσεις, η απάτη, το ψέμα κλπ.

6.Η προσπάθεια αυτή πρέπει να είναι «βαθιά» και ειλικρινής, διότι αλλιώς υπάρχει ο κίνδυνος της δημιουργίας υποκριτικού προσώπου.

7.Η διανόηση, τα αισθήματα και το σώμα πρέπει στον άνθρωπο να ενισχυθούν ενεργειακά και να αποφεύγεται η υπερβολική ανάπτυξη ενός από αυτούς τους παράγοντες, διότι έτσι καταπιέζονται οι άλλοι δύο, που δεν μπορούν πλέον να εκδηλωθούν σωστά και η προσωπικότητα χάνει την ισορροπία της.

8.Μεγάλη σημασία χρειάζεται να αποδοθεί στις συνέπειες των διαφόρων μας πράξεων, στις διάφορες φιλοδοξίες μας (ώστε να μην παραβαίνουν τον ηθικό νόμο του πνεύματος και να είναι μέσα στις δυνατότητές μας ) και στους ανθρώπους εκείνους που επιδιώκουν την καταπίεση και εκμετάλλευση των άλλων.

9.Η εκδήλωση της αγάπης της δικαιοσύνης και της φιλανθρωπίας, αποτελεί το ηθικό επιστέγασμα, που τελειοποιεί την προσωπικότητα του ανθρώπου. Ο άνθρωπος πρέπει πάντα να αγωνίζεται υπέρ του καλού και της ηθικής, χωρίς να δεσμεύεται από τον φόβο.

10.Ο μυημένος δεν επιδιώκει την εξέλιξή του μόνο για το δικό του πνευματικό όφελος, αλλά για λογαριασμό ολόκληρης της ανθρωπότητας, διοχετεύοντας τα οφέλη που αποκομίζει από την μύηση σε όλους τους ανθρώπους, με ορατά ( διδασκαλία, φιλανθρωπία, παράδειγμα ) και αόρατα μέσα ( διαλογισμός, προσευχή, θετική επίδραση ), σεβόμενος κατά τον πιο απόλυτο τρόπο την ελευθερία της συνείδησης του πλησίον του.

### **Η ΦΥΣΙΚΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ**

1.Η φύση είναι ένα είδος παιδαγωγού τού ανθρώπου, τον οποίον έντεχνα εκπαιδεύει και κατευθύνει προς την οδό της τελειοποίησης

2.Η φύση διέπεται από συγκεκριμένους νόμους, η προσαρμογή στους οποίους καθιστά τον άνθρωπο συνειδητό. Οι νόμοι αυτοί είναι η Μονάδα, η Δυαδικότητα, η Τριαδικότητα και η Τετραδικότητα, ασφαλώς γνωστοί στους οπαδούς της Καμπαλιστικής παράδοσης ( Τετραγράμματο IHVH ).

3.Οι νόμοι της Δημιουργίας και της Καταστροφής διδάσκουν τον άνθρωπο την οδό της ηθικής τελειοποίησης, ώστε να γίνει δημιουργός και όχι καταστροφέας.

### **Η ΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ**

1.Η κοινωνία διέπεται από τους ίδιους νόμους που διέπουν την φύση και τον άνθρωπο και συνεπώς η μορφή της και η ποιότητά της εξαρτάται από την ποιότητα του χαρακτήρα των ανθρώπων που την αποτελούν. Τα ελαττώματα των ανθρώπων, δημιουργούν όλα τα κοινωνικά προβλήματα.

2.Η αμοιβαία συνεργασία, η τιμιότητα, ο σεβασμός των αναγκών και της ελευθερίας των άλλων είναι απαραίτητος όρος της κοινωνικής διαβίωσης.

## **Η ΚΥΡΙΑΡΧΙΑ ΣΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΜΑΣ ΚΑΙ ΤΑ ΓΥΜΝΑΣΜΑΤΑ ( ΑΣΚΗΣΕΙΣ )**

1.Κάθε άνθρωπος πρέπει να καταβάλει προσπάθειες αυτοεπιβολής, χωρίς όμως να καταπιέζει τον εαυτό του και την λογική ικανοποίηση των σωματικών, ψυχικών και διανοητικών του αναγκών.

2.Οι προσπάθειες αυτές φέρνουν σε επαφή την συνείδησή μας με την προσωπικότητά μας και έτσι ανυψώνεται το επίπεδο της συνειδητότητάς μας. Θα μπορούσαμε να πούμε ότι ο άνθρωπος που κυριάρχησε στον εαυτό του δεν έχει υποσυνείδητο, γιατί το έχει μετατρέψει σε συνειδητό και έτσι απαλλάσσεται από τους ασυνειδητοποιήτους μηχανισμούς αυτοεξαπάτησης..

3.Στις ασκήσεις αυτές περιλαμβάνεται η αυτοπαρατήρηση, η ειλικρινής αυτοανάλυση, ο έλεγχος της ομιλίας, η φυσιολογική ρύθμιση (όχι ο ασκητισμός ) των υλικών μας αναγκών, η συγκέντρωση για τον έλεγχο των αισθημάτων μας, η μεταστοιχείωση των ελαττωμάτων μας σε προτερήματα, ο διαλογισμός και η προσευχή για την επικοινωνία με τον ανώτερο μας εαυτό και με το Αόρατο και οι αναπνευστικές ασκήσεις που αυξάνουν την ζωτικότητα μας και μας θέτουν σε επικοινωνία με την παγκόσμια αποθήκη ενέργειας

4.Όλες αυτές οι εφαρμογές καλό είναι να γίνονται χωρίς πίεση, με την δική μας θέληση, από έναν άνθρωπο ο οποίος εργάζεται ταυτόχρονα για την διάπλαση του χαρακτήρα του, ώστε η αρετή, η ηθική και η ευθύτητα να τον προστατέψουν από τις παρεκτροπές, την υποκρισία και την αλαζονεία.

5.Ο άνθρωπος οφείλει να στρέφει ένα μέρος της προσοχής του προς τον εαυτό του, ώστε αυτοεπιτηρούμενος και αυτοελεγχόμενος καθ' όλη την διάρκεια των καθημερινών του δραστηριοτήτων ( χωρίς να εμποδίζεται από αυτές ), να μπορεί να επιβάλλει την κυριαρχία του πνεύματός του στον εαυτό του, να ανυψώνει το επίπεδο της συνειδητότητάς του και να αποφεύγει την ενστικτώδη μηχανικότητα.

## **ΗΘΙΚΕΣ ΔΥΑΔΕΣ**

1. Το κακό δεν έχει πραγματική υπόσταση, αλλά είναι μία μείωση του καλού. Υπόσταση τού δίνουν οι άνθρωποι που το εκφράζουν. Το κακό ο σοφός άνθρωπος το χρησιμοποιεί σαν έμμεσο κίνητρο για την εξέλιξή του, διότι προσπαθώντας να το αποφύγει προοδεύει, Εκδηλώνοντας το καλό.

2. Το ιδεώδες είναι ένας άνθρωπος Καλός, με Αγάπη, Σοφία και Αλήθεια. Αν μέσα σε αυτές τις αρετές εισχωρήσει κάποια από τις αρνήσεις τους ( κακό, μίσος, άγνοια και πλάνη ), δημιουργείται μία επικίνδυνη και καταστροφική μίξη ( η χλιαρότητα των Ευαγγελίων ).

## **Η ΣΥΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΟΝΤΟΣ**

1.Ο άνθρωπος αποτελείται από έναν πυρήνα, την πραγματική του ουσία, ο οποίος περιβάλλεται από τρία επενδύματα. Το πνεύμα (φορέα των σκέψεων και της συνείδησης), την ψυχή (φορέα των αισθημάτων) και το σώμα (φορέα των αισθήσεων και των ενστίκτων).

2.Τα τρία αυτά επενδύματα, ή αλλιώς υποστάσεις είναι προικισμένα με εννέα ικανότητες: Την φαντασία, την βούληση, την δύναμη, την πίστη, το αίσθημα, την ζωτικότητα, την ομιλία, τις αισθήσεις και την κίνηση.

3.Η ανώτερη Ουσία του ανθρώπου, ο Θεός Σπινθήρας μέσα του, εκδηλώνεται μέσω των κατώτερων επενδυμάτων, χρησιμοποιώντας δύο παράγοντες: την νόηση ( νου ) και την αίσθηση ( καρδιά ).

Όλες οι προαναφερθείσες λειτουργίες πρέπει να εξαγνιστούν από κάθε ξένο σώμα και ελάττωμα και να συντονιστούν αρμονικά μεταξύ τους, χωρίς κάποια από αυτές να είναι υπερβολικά ανεπτυγμένη καταπιέζοντας τις άλλες.

## **ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟΝ**

### **ΣΚΕΨΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΕΦΑΡΜΟΓΗ**

Αφού παρουσιάσαμε συνοπτικά τις βασικές αρχές τής Εωνικής παράδοσης, που όπως αναφέραμε είναι κοινές με τις αρχές των άλλων μυητικών παραδόσεων ( διότι η φύση τους είναι ίδια), θα εξετάσουμε ζητήματα που αφορούν το θέμα της πρακτικής εφαρμογής. Δεν έχει νόημα να αποστηθίσουμε, ή έστω να «καταλάβουμε» εγκεφαλικά, ιδέες αυτού του είδους, ούτε να αισθανθούμε έναν συναισθηματικό ενθουσιασμό. Σημασία έχει η εφαρμογή. Τι έχει να κερδίσει ένας αθλητής, που «καταλαβαίνει» την τεχνική των ασκήσεών του και ενθουσιάζεται από την προοπτική τους, αλλά δεν τις εκτελεί ; Παραμένει αγύμναστος.

Τι σημαίνει όμως εφαρμογή ; Εφαρμογή μιας μυητικής ιδέας είναι η πλήρης ενσωμάτωσή της με τον χαρακτήρα μας. Ποιός είναι ο υπομονετικός άνθρωπος; Είναι αυτός που δεν ανυπομονεί όχι μόνο εξωτερικά αλλά και μέσα του, χωρίς να καταβάλει γι αυτό κάποια ιδιαίτερη προσπάθεια. Η υπομονή πηγάζει από μέσα του αβίαστα. Υπάρχουν ορισμένοι άνθρωποι που είναι υπομονετικοί, χωρίς να έχουν προσπαθήσει στην ζωή τους να αποκτήσουν αυτό το προσόν. Γεννήθηκαν έτσι. Αυτοί μπορούμε να πούμε ότι έχουν εφαρμόσει την ιδέα της υπομονής, Όλοι εμείς οι υπόλοιποι χρειάζεται να καταβάλουμε προσπάθειες για να προσεγγίσουμε αυτόν τον στόχο. Η ανάγκη της καταβολής προσπάθειας σημαίνει ότι μέσα μας υπάρχουν ακόμη αντιστάσεις. Συνεπώς την υπομονή δεν την έχουμε βιώσει.

Η προσπάθεια αποτελεί ένδειξη της μάχης που δίνουμε με τον εαυτό μας. Είναι μία μεταβατική κατάσταση. Όταν την μάχη αυτή την κερδίσουμε ( αν και η νίκη ποτέ δεν είναι οριστική και σίγουρη ), τότε αυτό το οποίο θέλαμε να πετύχουμε, εμφανίζεται μέσα μας αυθόρμητα κάθε φορά που το χρειαζόμαστε, ή που απλώς το «επικαλούμαστε».

Πως όμως μπορεί κανείς να ενσωματώσει τις μυητικές αρχές μέσα στην προσωπικότητά του, ώστε να γίνουν πραγματικά κτήμα του και να μπορεί να τις βιώνει με φυσικό τρόπο ; Αυτή είναι η ερώτηση που θα κάναμε στον εαυτό μας, εφ ' όσον έχουμε ξεκαθαρίσει μέσα μας αν ο εσωτερισμός μας ενδιαφέρει ως θεωρητική γνώση ή ως πράξη. Η ερώτηση όμως αυτή είναι μάλλον χωρίς νόημα. Τις βασικές μυητικές αρχές δεν μπορούμε να τις «βάλουμε» από έξω μέσα μας. Θα ήταν τότε ένα ξένο σώμα, ένας παρείσακτος μέσα στο ον μας.

Οι αρχές αυτές υπάρχουν ήδη μέσα μας ! Το μόνο που πρέπει να κάνουμε είναι να τις ανασύρουμε στην επιφάνεια. Στην πραγματικότητα η μύηση δεν είναι η εφαρμογή κάποιων πραγμάτων που μαθαίνουμε από ανθρώπους ή από βιβλία, αλλά η εκδήλωση των δυνατοτήτων που ήδη έχουμε κρυμμένες μέσα μας. Είναι κάτι δικό μας, είναι ο εαυτός μας. Αυτό είναι το νόημα της ρήσης που λέει, ότι πρέπει να γίνουμε ο εαυτός μας. Να πραγματώσουμε αυτό που είμαστε.

Οι συλλογισμοί αυτοί δεν είναι ένα παιχνίδι της σκέψης, αλλά έχουν μεγάλη πρακτική αξία την οποία θα εξετάσουμε. Αναφέραμε ως παράδειγμα το ζήτημα της απόκτησης της υπομονής. Είναι μία αρετή που προάγει τον έλεγχο των συναισθημάτων μας. Από κάπου ακούμε ότι για να εξελιχθούμε πρέπει να αποκτήσουμε (

μεταξύ άλλων ) και την αρετή αυτή. Τότε αρχίζουμε την προσπάθεια. Κάθε φορά που εκνευριζόμαστε προσπαθούμε να ηρεμήσουμε, επειδή έτσι μας είπαν ότι πρέπει να κάνουμε. Δηλαδή κάτι από έξω ( την συμβουλή αυτή ) προσπαθούμε να το βάλουμε μέσα μας. Και φυσικά τα χρόνια περνούν και αυτό δεν συμβαίνει. Απλώς αυτοκαταπιεζόμαστε. Υπάρχει και ο κίνδυνος να δημιουργήσουμε ένα εξωτερικό υποκριτικό προσωπίο υπομονής, ενώ από μέσα μας κυριολεκτικά να « βράζουμε », χωρίς ίσως να το παραδεχόμαστε ούτε και στον ίδιο μας τον εαυτό.

Για να μπορέσουμε να προχωρήσουμε όμως, πρέπει να κάνουμε κάτι το εντελώς διαφορετικό. Όχι να προσπαθήσουμε να «εφαρμόσουμε» αυτά που ακούμε από τους άλλους, αλλά να δούμε τι θέλει ο Εαυτός μας. Όλες οι διδασκαλίες και οι εφαρμογές βρίσκονται εκεί! Θα τις γνωρίσουμε αρκεί να ρωτήσουμε την γνώμη του. Ας επιστρέψουμε στο παράδειγμα τής απόκτησης της υπομονής και ας δούμε πως γίνεται αυτό.

Όταν χάσουμε την υπομονή μας, οργιζόμαστε και μπορεί ενδεχομένως να διαπληκτιστούμε με κάποιον, να κατηγορήσουμε, να φωνάξουμε, ή να πληγώσουμε κάποιο αγαπημένο μας πρόσωπο. Τι θα αισθανθούμε όταν ηρεμήσουμε; Θα αισθανθούμε τύψεις. Οι τύψεις αυτές είναι η διδασκαλία που παίρνουμε από τον ανώτερο εαυτό μας. Είναι η φωνή της Συνείδησής μας, που μας λέει ότι η ανυπομονησία είναι ένα λάθος και ότι πρέπει να αποκτήσουμε υπομονή. Όταν αποφασίσουμε να ακούσουμε την φωνή της συνείδησής μας, τότε δεν θα εφαρμόσουμε καταναγκαστικά κάποια εξωτερική διδασκαλία, αλλά θα ακολουθούμε τις ωθήσεις του εσωτερικού διδασκάλου, που είναι ο εαυτός μας. Οι ωθήσεις αυτές δεν είναι κάτι το εξωτερικό και γι αυτό ο εαυτός μας δεν τις αποβάλλει ως ξένα σώματα, αλλά τις δέχεται ως κάτι το φυσικό και οικείο. **Μία πολύ καλή αρχή λοιπόν είναι να φροντίζουμε να ενεργούμε έτσι στην ζωή μας, ώστε μετά να μην έχουμε τύψεις.** Δεν θα κοιτάμε το λεγόμενο συμφέρον, ή οποιαδήποτε άλλη ιδέα και δικαιολογία που κυκλοφορεί στην κοινωνία, αλλά αυτό που μας λέει ο εαυτός μας και συνεπώς θα εναρμονιζόμαστε με αυτόν.

Θα διαπιστώσουμε τότε ότι σταδιακά, με αυτή την τακτική, ένας μεγάλος πλούτος πρακτικών ιδεών και εφαρμογών πηγάζει από μέσα μας. Οι αντιστάσεις του κατώτερου εαυτού μας μειώνονται, όχι γιατί ασκούμε μεγάλη πίεση επάνω του, προκειμένου να τον εξαναγκάσουμε να υπακούσει σε εξωτερικές διδασκαλίες, αλλά γιατί εμείς επιτέλους αποδεχόμαστε αυτό που αναβλύζει από μέσα μας.

Δεν υπάρχει λόγος να χάνουμε τον χρόνο μας σε συναισθηματικές ονειροπολήσεις, σε ευχολόγια, ή στις λεγόμενες «μελέτες». Αφού η γνώση είναι μέσα μας. Είναι πρακτική, άμεση και προπαντός σεμνή και αφανής. Συναντούμε κάποτε ανθρώπους, απλούς, που έχουν όμως κάποια βιωματική σοφία, από την πείρα της ζωής. Ούτε Θεωρίες, ούτε δήθεν γνώσεις για άλλα επίπεδα και ιεραρχίες, αλλά ωριμότητα στην συμπεριφορά και στην σκέψη. Ανθρώπους που δεν νοιώθουν την ανάγκη της επίδειξης, γιατί αισθάνονται εσωτερική πληρότητα. Δεν έχουν ενοχές, γιατί κάνουν αυτό που τους υπαγορεύει η συνείδησή τους, δηλαδή τα πηγαίνουν καλά με τον εαυτό τους.

#### **ΣΚΕΨΕΙΣ ΣΧΕΤΙΚΑ ΜΕ ΤΗΝ ΕΦΑΡΜΟΓΗ**

Προκειμένου να αλλάξουμε κάτι μέσα μας, να εκδηλώσουμε κάποια αρετή, ή να περιορίσουμε κάποιο ελάττωμα απαραίτητο είναι να δούμε γιατί είμαστε όπως είμαστε, ποιά είναι τα αίτια της τωρινής, ανεπιθύμητης κατάστασης.

Δεν είναι δυνατόν να αποβάλλουμε μια αδυναμία μας, αν πρώτα δεν γνωρίσουμε τα αίτια που την προκάλεσαν και την εγκατέστησαν μέσα μας. Πρέπει να αποκτήσουμε την αυτογνωσία, αλλιώς η προσπάθεια βελτίωσης θα μας οδηγήσει στην υποκρισία. Θα δημιουργήσουμε ένα προσωπίο, γιατί τα αίτια τού ελαττώματος μας θα εξακολουθήσουν να υπάρχουν και θα το συντηρούν.

Ας φανταστούμε έναν άνθρωπο ο οποίος ζηλεύει. Αν αυτός ξεπεράσει το μεγάλο εμπόδιο της παραδοχής του ελαττώματος του, θα πρέπει κατόπιν να γνωρίσει την αιτία της ζήλιας του. Αυτή είναι προφανώς κάποια ανασφάλεια. Άρα για να αποβάλλει την ζήλια πρέπει να ασχοληθεί με την καταπολέμηση των ανασφαλειών του. Ούτε όμως αυτό είναι αρκετό. Και η ανασφάλεια έχει κάποιο αίτιο που πρέπει να αναζητήσει. Ίσως αυτό έγκειται στις συνθήκες της ανατροφής του κατά την παιδική του ηλικία. Ίσως ήταν η πολύ απαιτητική συμπεριφορά των γονιών του. Φτάνουμε λοιπόν εκεί. Πρέπει ο άνθρωπος του παραδείγματος μας να ασχοληθεί με τις αναμνήσεις και τα τραύματα των παιδικών του χρόνων. Να αποκαταστήσει την πληγωμένη του αυτοπεποίθηση, να συγχωρήσει τους γονείς του, να δει το πώς η συμπεριφορά τους τραυμάτισε την ψυχή του και την κατέστησε ανασφαλής. Να κάνει ασκήσεις δημιουργικού οραματισμού, τροφοδοτώντας τον εσωτερικό του κόσμο με θετικές εντυπώσεις, που θα θεραπεύσουν τις πληγές που εντόπισε και συνειδητοποίησε πλήρως. Θεραπεύοντας την αυτοπεποίθησή του θα απαλλαγεί από τις ανασφάλειες. Απαλλασσόμενος από τις ανασφάλειες θα εξαλείψει την ζήλια του.

Αυτό είναι ένα υποθετικό παράδειγμα που μας δείχνει το πώς πρέπει να ξετυλίξουμε το κουβάρι, ώστε «μπαίνοντας» μέσα στον εαυτό μας, να ανακαλύψουμε τις αιτίες των ψυχικών μας επιβαρύνσεων και να τις διαλύσουμε από μέσα προς τα έξω. Αν επιχειρήσουμε να απαλλαγούμε από το ελάττωμά μας χωρίς να διεισδύσουμε μέσα μας, τότε αλλάζουμε την επιφάνεια αλλά οι αιτίες παραμένουν, προφανώς κρυμμένες. Αναπτύσσουμε ένα προσωπίο πίσω από το οποίο κρύβεται το απωθημένο πλέον, αλλά γιγαντωμένο ελάττωμα που θέλαμε να εξαλείψουμε. Γινόμαστε υποκριτές. Αρχίζουμε να ενοχλούμαστε όσον αυτό το ελάττωμα που κρύβουμε εμείς, το βλέπουμε στους άλλους. Τους κατηγορούμε και τους υποτιμούμε, για κάτι το οποίο ουσιαστικά έχουμε εμείς, αλλά ασυνειδητοποιήτο. Δίνουμε διαλέξεις, κάνουμε «κηρύγματα», πίσω από τα οποία κρύβεται ο φοβισμένος μας εαυτός. Φοβούμαστε μήπως το καλά κρυμμένο «τέρας» πίσω από την εικονική άνεση και αυτοπεποίθηση του προσωπίου μας, αναδυθεί στην επιφάνεια και προσπαθούμε με αυτούς τους τρόπους να το «εξορκίσουμε».

## ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΙΟ ΤΗΣ ΥΠΟΚΡΙΣΙΑΣ



Θέλουμε να γίνουμε καλύτεροι άνθρωποι; Πρέπει να δούμε γιατί δεν είμαστε. Ποιά είναι τα βαθύτερα αίτια της ανηθικότητάς μας. Θέλουμε να μάθουμε να διαλογιζόμαστε, πρέπει να βρούμε την πραγματική αιτία γιατί δεν μπορούμε να το κάνουμε. Γιατί ο νους μας έχει συνεχώς φαντασιώσεις ; Ποιά είναι τα βαθύτερά τους αίτια; Τις απαντήσεις στα ερωτήματα αυτά δεν έχει νόημα να τις αντιγράψουμε από βιβλία ψυχολογίας και εσωτερισμού. Πρέπει να δούμε την δική μας πραγματικότητα, να την βιώσουμε με ολόψυχη και « ολομέτωπη » ειλικρινή αυτοπαρατήρηση. Χρειάζεται να «ξεψαχνίσουμε» την προσωπικότητά μας να δούμε τους μηχανισμούς της και να σπάσουμε ένα ένα τα κελύφη που καταπνίγουν το πραγματικό μας Εγώ. Όταν ανακαλύψουμε τις αιτίες των ψυχικών μας βαρών, έχοντας το μεγάλο «όπλο» της συνειδητοποίησης και απομυθοποίησης, πρέπει τις προσπάθειες μας να τις συμπληρώσουμε με θετική εργασία.

Να κατασκευάσουμε θετικές "[σκεπτομορφές ►](#)", ( βεβαιωμένες συλλήψεις ) οι οποίες να προάγουν κάποια προτερήματα, αντίθετα από τα ελαττώματά μας. Αυτές πρέπει να τις κατασκευάζουμε καθημερινά και να « βομβαρδίζουμε » έτσι τις αδυναμίες μας, τροφοδοτώντας την προσωπικότητά μας με θετικές ενέργειες. Οι σκεπτομορφές αυτές έχουν αποτέλεσμα, όπως είπαμε, μόνο όταν έχουμε φωτίσει πλήρως τα ψυχικά μας προβλήματα και δεν υπάρχουν σκοτεινές πτυχώσεις, στις οποίες θα προσκρούσουν και θα διαλυθούν.

Οι σκεπτομορφές αυτές δημιουργούνται όταν σκεπτόμαστε και αποφασίζουμε την εις βάθος ειλικρινή βίωση της κατάστασης που επιδιώκουμε και ποθούμε να δημιουργήσουμε. Δεν σκεπτόμαστε πλέον την αποβολή του ελαττώματος, αλλά την απόκτηση του προτερήματος. Είναι ένα είδος συνειδητής θετικής «αυθυποβολής» ή θα λέγαμε « εκγύμνασης του υποσυνειδήτου » ( αν και ο όρος αυθυποβολής είναι ίσως αντιφατικός, γιατί η έννοια της αυθυποβολής μάλλον δεν συμβαδίζει με την έννοια της συνείδησης ).

Η αποτελεσματικότητα των σκεπτομορφών αυξάνει σύμφωνα με ορισμένους παράγοντες. Ο πρώτος είναι η ανακάλυψη των αιτίων των ψυχικών μας επιβαρύνσεων ( που αναλύσαμε αρκετά ), ο δεύτερος είναι η καθημερινή επιμελής κατασκευή τους ( χωρίς «πρέπει», αλλά επειδή το θέλουμε και μας αρέσει ) και ο τρίτος είναι η χρησιμοποίηση της συγκέντρωσης και του διαλογισμού.

Το τρίτο αυτό σημείο επιδέχεται κάποια ανάλυση. Αποκτήσαμε κάποιες κυριαρχίες επί του εαυτού μας; Γυμναζόμασταν ή απλώς συζητούσαμε για την γυμναστική; Η συγκέντρωση είναι μια από τις κυριαρχίες. Την έχουμε έστω και μερικώς ; Αν αυτή την εξαιρετικά σημαντική δυνατότητα την έχουμε εξασκήσει, εκτελώντας καθημερινές ασκήσεις, τότε μπορούμε να την χρησιμοποιήσουμε για να πολλαπλασιάσουμε σε αφάνταστο βαθμό την διεισδυτικότητα των σκεπτομορφών που θα κατασκευάζουμε.

Το ζήτημα αυτό ίσως ενέχει και κάποιους κινδύνους. Η αλαζονεία που καιροφυλακτεί είναι ο μεγαλύτερος. Μάλλον όμως υπάρχουν και άλλοι. Οι αναλογίες, η σωστή εκτίμηση και η σωστή «δοσολογία» των διαφόρων ιδιοτήτων που αναπτύσσουμε μέσα μας πρέπει επίσης να προσεχθεί. Ο κάτοχος της ικανότητας της συγκέντρωσης μπορεί να προκαλεί έντονες και ταχείες αλλαγές μέσα του. Το παραμικρό σφάλμα μπορεί να μεγεθυνθεί επικίνδυνα. Χρειάζεται εξαιρετική διάκριση. Όποιος παίζει με την φωτιά στο τέλος θα καεί.

Και αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο δεν θα αναπτύξουμε το θέμα από πλευράς τεχνικών.

Καλό είναι πάντως, για να γίνει ένα ξεκίνημα, να αρχίσουμε ασκούμενοι καθημερινά στην συγκέντρωση. Με τον καιρό θα βρούμε την απαραίτητη βοήθεια, εσωτερική ή εξωτερική και θα μάθουμε πως να επιδρούμε στον εαυτό μας χωρίς κινδύνους. Οι κίνδυνοι δεν πρέπει με κανένα τρόπο να αποτελέσουν μια δικαιολογία για να μην κάνουμε γυμνάσματα ή κοινώς ασκήσεις.

**Χωρίς ασκήσεις δεν υπάρχει εξέλιξη.**

( Να επισημαίνουμε ότι με τον όρο " **άσκηση** " δεν εννοούμε οπωσδήποτε το να κάθεται κανείς με κλειστά τα μάτια και να συγκεντρώνεται, αλλά οποιαδήποτε σκόπιμη διαδικασία ωρίμανσης και εσωτερικής αλλαγής ).

Ιόλαος  
29-4-2018