



## **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ**

(Βιωματική 4ετής κατάθεση μέσω της Λευκής Ομάδας)

Η εργασία αυτή είναι ζωντανή, βιωματική.

Πρόκειται για μια σειρά μαθημάτων και διαλογισμών.

Προέρχεται από ομάδα που εργάζεται με στόχο την υπαρξιακή αναγέννηση,  
γι αυτό και μεταφέρει την ανάλογη ατμόσφαιρα.

Η εκπαίδευση έγινε στα πλαίσια της

**Ιοχροοχόου Ακαδημίας – Ιόχρουν Δίκτυο.**

Είναι μία πρωτοπόρα εργασία για τις νέες ψυχές  
που αναζητούν οδηγίες και κανόνες  
για να πορευθούν με ασφάλεια στο δρόμο της ενσάρκωσης  
θέλοντας να ανταποκριθούν στις ανάγκες της ψυχής τους.

Παρουσίαση - Διαλογισμοί:

Υπεύθυνη Προγράμματος Σπουδών:

**Έλλη Αγγελακοπούλου**

**Μαρία Χ. Πετρίτση**



## **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ - ΟΡΓΑΝΩΣΗ DVD**

### **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ Α΄: ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΔΙΕΡΓΑΣΙΕΣ & ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ**

#### **ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟ ΚΑΝΑΛΙ**

1ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 8 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

1ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 7 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

#### **ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ**

2ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 11 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

2ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 10 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

#### **ΙΟΧΡΟΥΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑ**

3ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 4 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

3ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 4 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

#### **ΟΔΗΓΙΕΣ ΓΙΑ ΜΙΑ ΟΡΘΟΤΕΡΗ ΣΤΑΣΗ**

4ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 12 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

4ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 12 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

#### **Ο ΔΡΟΜΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ**

5ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 4 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

5ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 4 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ



## **ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ Β΄: Η ΣΥΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΚΑΙ Η ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΤΟΥ**

### **Η ΣΥΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ**

6ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 5 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

6ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 5 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

### **Ο ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗΣ**

7ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 10 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

7ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 10 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

### **ΤΟ ΦΥΣΙΚΟ – ΑΙΘΕΡΙΚΟ ΣΩΜΑ**

8ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 8 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

8ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 5 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

### **ΤΟ ΑΣΤΡΙΚΟ – ΑΙΣΘΑΝΤΙΚΟ ΣΩΜΑ**

9Α DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 8 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

9Α DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 7 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

9Β DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 8 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

9Β DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 7 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

### **ΤΟ ΑΝΩΤΕΡΟ ΑΣΤΡΙΚΟ ΣΩΜΑ**

10ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 6 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

10ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 6 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ

### **ΤΟ ΝΟΗΤΙΚΟ ΣΩΜΑ**

11ο DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ: 11 ΜΑΘΗΜΑΤΑ

11ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ: 11 ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟΙ



**ΜΕΡΟΣ Α΄ : ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΔΙΕΡΓΑΣΙΕΣ ΚΑΙ ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑ**  
**50 DVD ΜΑΘΗΜΑΤΩΝ**

**Η ΑΤΡΑΠΟΣ ΤΗΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ**

1. Τεχνικές για ανάπτυξη της συνείδησης

2. Ο Παρατηρητής

- Πώς επιτυγχάνουμε τη στάση του Παρατηρητή
- Απόσπαση

- Κάθε τι στη φύση, αργά ή γρήγορα, προοδεύει: ένα μικροσκοπικό άτομο, ένα λουλούδι, ένα δέντρο, ένα ζώο, ο άνθρωπος, μία πλανητική Ζωή, μία ηλιακή Ζωή, μία μεγαλύτερη Ζωή .....

Τίποτα δε σταματά εκεί που βρίσκεται. Αναπτύσσεται, διευρύνεται και ακτινοβολεί προς τη Μεγάλη Οντότητα **“από την Οποία όλα προέρχονται και στην Οποία όλα επιστρέφουν”**.

Αυτή η πρόοδος είναι η ατραπός της εξέλιξης.

Στην πραγματικότητα η **Ατραπός είναι μία συνεχής πρόοδος προς το μέλλον**: το άνθος είναι το μέλλον ενός σπόρου. Η βελανιδιά είναι το μέλλον ενός βελανιδιού.

Αυτή η θεωρία του μέλλοντος, της δυνατότητας που έχουμε, σπάει τις αλυσίδες και μας οδηγεί στη σταθερή υπερνίκηση των εμποδίων που δημιουργούν οι θυμαπάτες, οι πλάνες και η μάγια.

**Ατραπός σημαίνει συνεχής αγώνας για τη διεύρυνση της συνείδησης, της επίγνωσης, της υπηρεσίας και της αγάπης.**

- Λέγεται ότι υπάρχει ένας μεγάλος Ήχος που, από την κοσμική πηγή του, καλεί πίσω τους προσκυνητές που βρίσκονται στην Ατραπό.

Ο ήχος αυτός είναι η φωνή του Θεού, του Πατέρα, που καλεί τους υιούς του να επιστρέψουν οίκαδε.

- **Όλα εξαρτώνται από την ικανότητα ανταπόκρισης σε αυτή την κλήση.**

- Έτσι, από την αρχή της εξέλιξης, οι Οδηγοί της φυλής, οι σοφοί ή οι Διδάσκαλοι διατύπωσαν διάφορες τεχνικές για να διευρύνουν την επίγνωση του εσωτερικού ανθρώπου και να τον οδηγήσουν προς την Πνευματική αντίληψη.

- Μία από αυτές τις τεχνικές είναι ο **“Παρατηρητής”**.

**Η ψυχή ως Παρατηρητής** ασχολείται με τους τρεις κόσμους της ανθρώπινης προσπάθειας και κοιτάζει τις φυσικές, συναισθηματικές και νοητικές καταστάσεις ύπαρξης, επειδή, για να προσεγγιστεί και να γίνει αντιληπτή η πνευματική φύση του ανθρώπου, πρέπει πρώτα η προσωπικότητα και η ψυχή να έλθουν σε επαφή.

- Αυτό μπορεί να γίνει μόνο αν έχουμε ένα καλά αναπτυγμένο φυσικό σώμα, εκλεπτυσμένες συγκινησιακές αντιδράσεις και έναν εξελιγμένο-διευρυμένο νου.

Και τα τρία αυτά πρέπει να είναι ολοκληρωμένα και ευθυγραμμισμένα μεταξύ τους ώστε να συγκροτούν μία ακτινοβόλα προσωπικότητα.

Έτσι, με τη στάση του παρατηρητή και μέσα από την ανάπτυξη δύο σπουδαίων ιδιοτήτων, της απόσπασης και της διάκρισης, αρχίζει η μεγάλη διαδικασία της μεταμόρφωσης.



Μία επίπονη αλλά και λυτρωτική διαδικασία γιατί η ψυχή απαλλαγμένη από τα δεσμά και τα βάρη της κατώτερης φύσης μπορεί να εισέλθει ελεύθερη σε μία νέα διάσταση φώτισης.

### **ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΝΑ ΕΙΜΑΣΤΕ ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΕΣ**

"Θα μπορούσαμε να πούμε ότι το έργο του μαθητή είναι να αποκτήσει συνειδητή επίγνωση ως ένας αποσπασμένος Παρατηρητής που επιβλέπει για εκείνες τις ενέργειες και τις εκφρασμένες ποιότητες καθώς λειτουργούν μέσα απ αυτόν."

### **ΜΕ ΤΙ ΑΣΧΟΛΕΙΤΑΙ Ο ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗΣ**

"Στον κοινό άνθρωπο η ψυχή (ως Παρατηρητής) ασχολείται με τους τρεις κόσμους της ανθρώπινης προσπάθειας και επομένως κοιτάζει τις φυσικές, συναισθηματικές και νοητικές καταστάσεις ύπαρξης."

### **Η ΔΙΠΛΗ ΔΡΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗ**

"Μέσα από την πύλη αυτού του οραματισμού (του διαλογισμού) περνά ο άνθρωπος και ανακαλύπτει ότι είναι ψυχή.

Από την πλεονεκτική θέση της ψυχής αντιλαμβάνεται ότι είναι ο ίδιος ο Παρατηρητής ο οποίος μπορεί να αντιληφθεί εξίσου τόσο τον κόσμο των πνευματικών πραγματικοτήτων, όσο και τον κόσμο της καθημερινής εμπειρίας - μπορεί να κοιτάξει, αν θέλει, είτε προς τη μία είτε προς την άλλη κατεύθυνση."

### **ΓΙΑΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΞΑΣΚΗΣΟΥΜΕ ΤΗ ΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗ**

"Η ορθή παρατήρηση της πραγματικότητας πάνω στο πεδίο της ψυχής, οδηγεί σε ορθή νοητική αντίληψη, σε ελευθερία από πλάνες και θυμική αυταπάτη και στη φώτιση του εγκεφάλου."

### **ΠΩΣ ΕΠΙΤΥΓΧΑΝΟΥΜΕ ΤΗ ΣΤΑΣΗ ΤΟΥ ΠΑΡΑΤΗΡΗΤΗ**

"Αυτό επιτυγχάνεται με την ανάπτυξη δύο ιδιοτήτων:

- της **απόσπασης** και
- της **διάκρισης**

Οι δύο αυτές ιδιότητες, όταν εκδηλώνονται στην Οδό της Ανώτερης Εξέλιξης, γίνονται Αφαίρεση και Θέληση για το Καλό."

"Κάθε πόνος και λύπη προκαλείται από τη συνταύτιση του πνευματικού ανθρώπου με τις αντικειμενικές του μορφές στους τρεις κόσμους και με τον κόσμο των φαινομένων στους οποίους οι μορφές αυτές εκτελούν τη δράση τους.

Όταν μπορεί να αποσπασθεί από το βασίλειο των αισθήσεων και να γνωρίσει τον εαυτό του ως "εκείνον που δεν είναι ο,τι φαίνεται και εγγίζεται και ακούεται", τότε μπορεί να ελευθερωθεί από όλους τους περιορισμούς της μορφής και να σταθεί χωριστά, ως Θεός και δρων παρατηρητής.

Θα κάνει χρήση των μορφών όπως επιθυμεί για να επιτύχει μερικούς ειδικούς σκοπούς αλλά δεν πλανάται εκλαμβάνοντας αυτές ως τον εαυτό του.



**Η κατά βούληση εμμονή στη διατήρηση της στάσης  
της ορθής παρατήρησης,  
είναι αυτό  
που επιφέρει την απόσπαση από τη μορφή  
με σκοπό  
την προώθηση των Ιεραρχικών σχεδίων και  
με επακόλουθο τη βοήθεια της ανθρωπότητας"**

### Η ΑΤΡΑΠΟΣ ΤΗΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ (ΣΥΝΕΧΕΙΑ)

1. Τι είναι ένας πνευματικός Δάσκαλος
  2. Ο Ελωίμ της 6ης ακτίνας μιλά για την εξέλιξη των στοιχειωδών
  3. Ο Παρατηρητής (συνέχεια)  
Προσκόλληση – Ταύτιση – Απόσπαση
- **Η παρατήρηση είναι ο οικοδόμος μιας ανώτερης εστίασης της συνείδησης.**  
Καθώς παρατηρούμε ανυψώνουμε τον εαυτό μας σε ανώτερα επίπεδα.
  - Με το διαλογισμό ο νους χρησιμοποιείται ως όργανο παρατήρησης και μέσω αυτού, η ψυχή ή ο Εαυτός μεταδίδει τη γνώση στο φυσικό εγκέφαλο.
  - Ο μαθητής καλλιεργεί μία καθαρή αντίληψη μέσω της παρατήρησης.
  - **Η ορθή στάση του Παρατηρητή αναπτύσσεται με την απόσπαση** από όλες τις επιθυμίες και τους πόθους της κατώτερης φύσης.
  - Αποσπόμεστε από την προσκόλληση δηλαδή την ταύτιση με το σώμα-ύλη, με τη σκέψη-νου, με το συναίσθημα, που δεν μας αφήνουν να προχωρήσουμε και εδραιώνουμε επαφή με τον Εσωτερικό Παρατηρητή στον οποίο επιτρέπουμε να δράσει.
- Μόνο με αυτό τον τρόπο μπορούμε να πάρουμε ορθές αποφάσεις και να βοηθήσουμε ουσιαστικά πρώτα τον εαυτό μας και μετά τους γύρω μας.

1. “Με το **διαλογισμό** ο **νους** χρησιμοποιείται ως **όργανο παρατήρησης** των αιώνιων καταστάσεων και μέσου αυτού, η **ψυχή** ή ο **Εαυτός** μεταδίδει τη γνώση στο **φυσικό εγκέφαλο**”.
2. Ο μαθητής καλλιεργεί μια καθαρή αντίληψη μέσω της **παρατήρησης**.  
Η παρατήρηση είναι ο οικοδόμος μιας **ανώτερης εστίασης της συνείδησης**.  
Καθώς παρατηρούμε ανυψώνουμε τον εαυτό μας σε ανώτερα επίπεδα.  
Η παρατήρηση και η παρακολούθηση είναι δύο διαφορετικά πράγματα.  
Όταν **παρακολουθούμε** πολλές φορές είμαστε παθητικοί και μηχανικοί με αποτέλεσμα να ταυτιζόμαστε με αυτό που παρακολουθούμε.



Όταν **παρατηρούμε** βρισκόμαστε σε μια **νοητική εγρήγορση** που μας βοηθά να **διακρίνουμε τις αιτίες** πίσω από τα φαινόμενα.

Έτσι λοιπόν παρατηρούμε στην καθημερινότητά μας τα κίνητρά μας και διακρίνουμε τη φύση των επιθυμιών, των σκέψεων και των πράξεών μας.

- Είναι παροδικές;
- Ποιο σώμα θα ικανοποιηθεί;
- Θα μας εξελίξει;
- Τι συνέπειες έχει για τους άλλους πνευματικά;
- Μας βοηθούν να έρθουμε πιο κοντά στην ψυχή μας;

3. **Η ορθή στάση του Παρατηρητή** αναπτύσσεται με την **απόσπαση**. Την απόσπαση του Παρατηρητή από όλες τις επιθυμίες και τους πόθους της κατώτερης φύσης.

Συνήθως υπάρχει η **προσκόλληση** δηλαδή η **ταύτιση** με το σώμα-ύλη, με τη σκέψη-νου, με το συναίσθημα, που δε μας αφήνει να προχωρήσουμε.

Γιατί η προσωπικότητα αναπτύσσει επιθυμίες και σκέψεις ανάλογα με το περιβάλλον και την εποχή που ζει.

Ζει τον περιορισμένο χρόνο της μιας ενσάρκωσης.

Όχι μόνο δεν έχει αντίληψη του σκοπού της ψυχής αλλά ούτε καν γνωρίζει το δικό της σκοπό, τουλάχιστον έως ότου αποφασίσουμε να την πειθαρχήσουμε και να τη συνδέσουμε με την ψυχή.

Έτσι σκέφτεται σαν καιροσκόπος, να ικανοποιηθεί, να αποφύγει, να περάσει καλά. Και δε μπορεί να δει τις θετικές ή τις αρνητικές επιπτώσεις των πράξεών της σε βάθος χρόνου.

Μπορούμε λοιπόν να αφήσουμε στα χέρια της την εξέλιξή μας;

Η παρατήρηση επομένως φέρνει την **απόσπαση**.

Την **απόσυρση** δηλαδή και τη συμπίκνωση της **συνείδησής** μας στον **Εσωτερικό Παρατηρητή** με τον οποίο εδραιώνουμε επαφή και του επιτρέπουμε να δράσει.

Μόνο με αυτό τον τρόπο μπορούμε να πάρουμε ορθές αποφάσεις και να βοηθήσουμε τον εαυτό μας και τους γύρω μας ουσιαστικά.

**Αποσπόμεστε και δρούμε ανεξάρτητα από τις συνθήκες και τα προβλήματα,  
τα διευθετούμε χωρίς προσκόλληση  
και “στεκόμαστε σαν ένας γερός βράχος  
και ένα δυνατό χέρι  
για τον εαυτό μας και τους άλλους”**

*(Διδάσκαλος Θιβετανός)*



## ΠΩΣ ΝΑ ΒΓΑΛΩ ΤΟΝ ΗΧΟ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΣΤΟ ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΟ

### ΠΩΣ ΝΑ ΤΟΛΜΗΣΩ

1ο επιλεγμένο απόσπασμα από το βιβλίο "Η ΚΡΑΥΓΗ ΤΟΥ ΓΕΡΑΚΙΟΥ" του PattonBoyle.

2ο επιλεγμένο απόσπασμα από το βιβλίο "Η ΚΡΑΥΓΗ ΤΟΥ ΓΕΡΑΚΙΟΥ" του PattonBoyle

#### Ανάγνωση - Ανάλυση

### ΣΗΜΕΙΩΜΑ ΤΟΥ ΕΚΔΟΤΗ

Έχουμε ακούσει και διαβάσει πλέον αρκετά για την πλούσια παράδοση των Σαμάνων-Ινδιάνων της Β.Αμερικής.

Ωστόσο λίγα έχουν γίνει γνωστά σχετικά με τον βαθύτερο πυρήνα της φιλοσοφίας και τα εκπληκτικά επιτεύγματα των Μάγων-Γιατρών που για αιώνες καθοδηγούσαν το λαό τους, τον θέραπευαν, τον προστάτευαν από τις δυνάμεις του κακού και τον μούσαν στις ανώτερες αλήθειες της Δημιουργίας μέσα από ειδικές τελετές και δρώμενα.

Δεδομένου, μάλιστα, ότι η σαμανιστική παράδοση υπέστη επί μακρόν ανελέητους διωγμούς από τον χριστιανοκρατούμενο δυτικό κόσμο, ο οποίος αντιμετώπιζε τους ινδιάνους σαν βαρβάρους, ειδωλολάτρες και “σατανιστές”, είναι ευτύχημα για την ανθρωπότητα το ότι η παράδοση αυτή παραμένει ακόμα ζωντανή.

Η “Κραυγή του Γερακιού” είναι ένα μοναδικό βιβλίο και αυτό γιατί έχει γραφτεί από ένα χριστιανό ιερέα ο οποίος είχε την τόλμη να εντρυφήσει με απροκατάλυπτο μυαλό και ανοιχτή καρδιά στα πιο βαθιά και εσωτερικά πεδία της παράδοσης των σαμάνων: ***Το Δρόμο του Πολεμιστή.***

Το πιο εκπληκτικό όμως είναι το ότι και ο εκπαιδευτής και δάσκαλός του - “Ο Αετός που Πετά - είχε επίσης εντρυφήσει για χρόνια στη χριστιανική διδασκαλία!

Τα στοιχεία αυτά και μόνο καθιστούν την “Κραυγή του Γερακιού” ένα υπέροχο έργο το οποίο με απλότητα και σεμνότητα χωρίς κουραστικές λεπτομέρειες μας οδηγεί κατ’ευθείαν στην ουσία της πιο εσωτερικής ινδιάνικης παράδοσης και στην πανανθρώπινη εκείνη σοφία που υπερβαίνει κάθε στενό φυλετικό ή θρησκευτικό όριο....

### 5ο DVD ΔΙΑΛΟΓΙΣΜΩΝ

Τέσσερεις καθοδηγούμενοι Οραματικοί Διαλογισμοί για την οργάνωση του εαυτού σύμφωνα με τη θεματολογία του 5ου dvd μαθημάτων.

Στους διαλογισμούς χρησιμοποιούνται οι ενέργειες της Καλής Θέλησης και της Αγάπης.