

# ΟΔΗΓΟΣ ΣΥΝΟΠΤΙΚΗΣ ΑΥΤΟΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

Από τον ιατρό-ψυχοθεραπευτή Β.Κ. Φράγκο



Ένα βιβλίο αυτοβοήθειας μέσω της λειτουργίας  
της διαδικασίας της αυτοκάθαρσης, διότι η ζωή μας είναι ένα  
είδος παράστασης που σκηνοθετούμε εμείς οι ίδιοι.

**2018 - 2019**

**ΟΔΗΓΟΣ**  
**ΣΥΝΟΠΤΙΚΗΣ**  
**ΑΥΤΟΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ**

**Από τον ιατρό-ψυχοθεραπευτή Β.Κ. Φράγκο**

**Ένα βιβλίο αυτοβοήθειας μέσω της λειτουργίας  
της διαδικασίας της αυτοκάθαρσης, διότι η ζωή μας είναι ένα  
είδος παράστασης που σκηνοθετούμε εμείς οι ίδιοι..**

**2018 - 2019**

## Έργα του ιδίου:

1. Συνοπτική ιατρική – Μικροβιολογία, 1967
2. Παθολογική φυσιολογία, 1968
3. Ανατομική με πολύχρωμο άτλαντα, 1968
4. Συνοπτική Υγιεινή, 1969
5. Συνοπτική φαρμακολογία, 1969
6. Ιστολογία και εμβρυολογία με πολύχρωμό άτλαντα, 1971
7. Βιολογία απλουστευμένη μεθοδευμένη για εξετάσεις, 1976
8. Ανθρωπολογία, 1976
9. Σπόρος ελπίδας , 1981

Ετοιμάζονται: «Χαμόγελο σε γκρίζο τοπίο»

«Γνωρίστε τον εαυτό σας και τα παιδιά σας από τα μουτζουρώματα σας»

## Αφιερώνεται

στον πάσχοντα, βασανιζόμενο  
και αγωνιζόμενο συνάνθρωπο,  
που αποζητά πρωτίστως  
την ακεραιότητα  
και τον αυτοσεβασμό του!

# ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	6
Ανάλυση της ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας Α.....	6
Ανάλυση της ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας Β, συναισθηματικά, νοητικά. ....	7
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	17
ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ .....	43
ΜΕΡΟΣ 1ον .....	46
ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ.....	46
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ον.....	47
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο.....	55
ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΣΤΑΣΗΣ ΑΓΑΠΗΣ ΚΑΤΑ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ .....	55
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο.....	70
ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΦΩΤ/ΦΙΑΣ Β ΜΕΣΑ ΣΑΣ .....	70
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο.....	72
ΑΚΥΡΩΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ Α ΜΕΣΑ ΣΑΣ .....	72
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο.....	101
ΑΝΤΙΔΟΤΑ ΕΛΛΕΙΨΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ, ΑΥΤΟΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗΣ, ΑΥΤΟΑΠΟΡΡΙΨΗΣ ΚΑΙ ΑΥΤΟΠΕΡΙΦΡΟΝΗΣΗΣ.....	101
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο.....	114
Η συνοπτική αυτοψυχάνάλυση	
α) ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ ΣΑΣ.....	114
β) ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΣΑΣ.....	115
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο.....	116
ΠΩΣ ΘΑ ΚΙΝΕΙΣΤΕ ΜΕ ΤΑ ΕΞΗΣ 2 ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΠΟΔΙΑ .....	116
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8ο.....	117
Ο παράλογος – παθολογικός ΦΟΒΟΣ (κατάσταση φωτογραφίας Α) ΚΑΙ Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ.....	117
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9ο.....	123
ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΔΟΛΙΟΦΘΟΡΕΑ.....	123
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10ο.....	128
ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗΣ.....	128
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11ο.....	135
ΘΕΤΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΥΓΕΙΑΣ.....	135

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12ο.....	139
ΘΕΤΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΠΛΟΥΤΟΥ.....	139
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13ο.....	144
Η ΜΕΤΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΩΝ ΕΚΛΕΚΤΩΝ ΤΟΥ ΑΠΟ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ.....	144
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 14ο.....	144
ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΣΤΕΝΑΧΩΡΙΑ Ή ΘΥΜΟ.....	144
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 15ο.....	146
ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ.....	146
ΜΕΡΟΣ 2ο – ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ .....	157
ΕΜΕΙΣ ΚΑΙ ΤΑ ΛΑΘΗ ΜΑΣ.....	173
ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ ΚΑΙ Ο ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΣΑΜΠΟΤΕΡ.....	176
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο.....	179
ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ.....	179
ΤΟ ΣΠΑΣΙΜΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙΩΝ .....	179
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο.....	188
Η διαδικασία με τον φάκελο.....	188
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο.....	205
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ – ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΣΥΡΡΑΠΤΙΚΟ ΜΗΧΑΝΗΜΑ.....	205
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο.....	206
ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ – Η ΚΟΥΖΙΝΑ ΣΑΣ ΩΣ ΣΥΣΤΗΜΑ ΨΥΧΙΚΩΝ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΩΝ.....	206
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ .....	214
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΑ ΨΑΡΙΑ.....	215
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΑ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ.....	219
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ ΧΤΑΠΟΔΙ.....	220
ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΑΙΔΟΙΪΚΟΥ ΣΥΜΒΟΛΟΥ .....	224
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΑΥΓΟ .....	234
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΡΥΟΘΡΑΥΣΤΗ.....	236
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο.....	238
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΠΛΑΣΤΕΛΙΝΕΣ .....	238
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΑ ΜΑΤΙΑ .....	242
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΜΑΣΤΟΥΣ .....	247
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΣΧΗΜΑ ΣΤΟΜΑ - ΓΛΩΣΣΑΣ.....	249
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΦΑΛΛΟ.....	251
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΑΙΔΟΪΚΟ ΣΥΜΒΟΛΟ .....	253

Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΠΡΩΤΑΡΧΙΚΗΣ ΣΚΗΝΗΣ.....	254
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΕΜΒΡΥΟΥ ΜΕΣ ΤΗΝ ΜΗΤΡΑ.....	256
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΑΞΗ ΣΤΟΝ ΓΕΝΝΗΤΙΚΟ ΣΩΛΗΝΑ .....	260
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΑΞΗ ΤΟΥ ΕΜΒΡΥΟΥ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΜΗΤΡΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΓΕΝΝΗΤΙΚΟ ΣΩΛΗΝΑ .....	263
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΠΟΥ ΑΝΑΠΑΡΙΣΤΑ ΣΥΜΒΟΛΙΚΑ ΤΗ ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΠΛΑΚΟΥΝΤΑ ΜΕ ΤΟ ΕΜΒΡΥΟ ΤΟΥ .....	279
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΧΤΑΠΟΔΙ ΑΠΟ ΠΛΑΣΤΕΛΙΝΕΣ ΣΕ ΚΑΤΑΜΕΤΩΠΟ ΔΙΑΤΑΞΗ.....	288
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΧΤΑΠΟΔΙ ΑΠΟ ΠΛΑΣΤΕΛΙΝΕΣ ΣΕ ΠΛΑΓΙΑ ΔΙΑΤΑΞΗ .....	290
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο.....	292
ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ ΜΕ ΞΥΛΑ.....	292
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο.....	294
ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ ΤΗΣ ΝΟΙΚΟΚΥΡΑΣ .....	294
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8ο.....	296
ΟΙ ΑΤΑΞΙΝΟΜΗΤΕΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ .....	296
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΒΟΥΡΑ.....	298
Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΑΣΤΑΚΟ .....	301
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9ο.....	304
ΝΟΕΡΗ ΟΘΟΝΗ ΩΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΙΑΚΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ – ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ .....	304
ΓΕΝΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΝΟ .....	306
ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΙΚΟΝΟΠΛΑΣΙΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ ΓΕΝΙΚΑ ΚΑΙ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΑ ΑΠΟ ΤΗ ΘΕΣΗ ΤΟΥ ΣΤΟ ΣΩΜΑ .....	307
ΠΑΡΕΝΘΕΣΗ – Ο ΣΠΟΡΟΣ ΤΗΣ ΕΛΠΙΔΑΣ.....	310
ΕΙΔΙΚΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΝΟΚΕΦΑΛΟ .....	311
ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΚΡΥΟΛΟΓΗΜΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΥΡΕΤΟ.....	313
ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠΕΡΤΑΣΗ.....	314
ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΔΙΑΚΟΠΗ ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΩΝ ΣΕ ΠΛΗΓΕΣ .....	314
ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΟΓΕΝΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑ.....	314

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

### Ανάλυση της ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας A

Αυτή η εικόνα είναι το πρόσωπο του παράλογου φόβου, του άγχους και της αγωνίας που μας αρρωσταίνει! Αυτός είναι ο φόβος που κρατάει τους ανθρώπους δέσμιους! Αυτή είναι η εικόνα του εσωτερικού σαμποτέρ (εσωτερικού εχθρού) που κλέβει την δύναμη από τον πραγματικό εαυτό (την ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας B) και γεννά μόνιμη επίθεση κατά του πραγματικού εαυτού μας! Αυτή είναι η σκοτεινή πλευρά του ανθρώπου: «ο διάβολος», «η κόλαση» και το πυρ του καθαρτηρίου, όπως και ο αρχέγονος φόβος της φωτιάς στις σκέψεις των ανθρώπων! Είναι επίσης, ο κίνδυνος που διατρέχει ο άνθρωπος από τον εαυτό του! Είναι ο κύριος Χάιντ = ο κρυμμένος = ο υποσυνείδητος! Το υποσυνείδητο-ασυνείδητο συμβαίνει μεν, αλλά δεν αναγνωρίζεται δε! Όλα αυτά θεμελιώνονται με τον συμβατικό τοκετό και με το βίωμα της απορριπτικής-«θυμωμένης» μήτρας!

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** το νεογνό γεννήθηκε χωρίς αγάπη, ψυχοτραυματικά! Η απεικόνιση του επιγενούς κακού στο ανθρώπινο είδος και η σκοτεινή πλευρά της ζωής. Απεικονίζεται το πώς η τωρινή συμπεριφορά καθορίζεται από ένα παλαιότερο ψυχοτραύμα! Η κόλαση που βρίσκεται μέσα μας και αυτή καθρεπτίζεται έξω μας. Οι πρώτες εντυπώσεις δύσκολα αλλάζουν! Η προηγούμενη κακή ζωή έχει τις συνέπειές της. Οι εμπειρίες του εμβρύου και του νεογνού αποτελούν προ-γράμματα για την μετέπειτα ζωή του, ως παιδιού και ως ενήλικα. Η κατάσταση αυτή είναι το πρόσωπο της ανασφάλειας.



φωτ/φία A

## Ανάλυση της ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας Β, συναισθηματικά.

Αυτή είναι η κατάσταση ισορροπίας και αρμονίας που είναι έμφυτη στον άνθρωπο. Αυτή είναι η βαθύτερη ουσία του ανθρώπου: οι φωτογραφίες κατάστασης Β αποκαλύπτουν την ωραιότητα της θείας καταβολής του ανθρώπου! Αυτή είναι η εικόνα της Α-ΦΟΒΙΑΣ = ΥΓΕΙΑΣ = ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ενεργειακής! Αυτή η κατάσταση είναι το δικαίωμά σου να είσαι άνθρωπος «ανθρώπινος»! Φαίνονται ακέραιες η γαλήνη και η ευδαιμονία που επικρατούν! Αυτή η κατάσταση είναι η εξευγενισμένη φωτισμένη μορφή του ανθρώπου: ο δόκτωρ Τζέκυλ! Μόνο η Αγάπη δίνει αυτή τη μορφή! Αυτή είναι η δύναμη επιβολής του δικαίου και του καλού στα ανθρώπινα! Είναι επίσης, η Χαρά και η δυνατότητα μίας διαρκούς ψυχοσωματικής και ηγετικής τελειοποίησης, μέσα από την άνθηση των καλύτερων ανθρώπινων ιδιοτήτων! Όλα αυτά θεμελιώνονται με τοκετό, κατά Leboyer!

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** το νεογνό γεννήθηκε με Αγάπη! Αναδεικνύεται το αρχικό κάλλος! Η γέννησή του δεν είναι ψυχοτραυματική, ούτε βίωσε απορριπτική – θυμωμένη μήτρα. Η απεικόνιση της έμφυτης καλοσύνης στο ανθρώπινο είδος και η φωτεινή πλευρά της ζωής! Αυτή είναι η έμφυτη κατάσταση ισορροπίας και αρμονίας η οποία καταπλακώνεται από τα συναισθηματικά σκουπίδια που μας επισωρεύουν οι καταστάσεις φωτογραφίας Α! Η κατάσταση φωτογραφίας Β είναι η απόδειξη αυτού που λέγει ο Χριστός και ο Ευαγγελιστής Λουκάς, ότι δηλαδή «η Βασιλεία του Θεού, ο Παράδεισος, βρίσκεται εντός μας». Η αγάπη συνάπτει την ψυχή με τις αρετές του Θεού. Είμαστε Θεϊός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!



φωτ/φία Β



## **Ανάλυση της ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας Β, νοητικά**

Αυτή είναι η εικόνα της Α-ΦΟΒΙΑΣ = ΥΓΕΙΑΣ = ΙΣΟΡΡΟΠΙΑΣ ενεργειακής! Φαίνεται στο βλέμμα του νεογνού του γεννημένου με τοκετό κατά Leboyer ακέραιη η ευφυΐα του! Με μωρά-αυριανούς πολίτες σαν κι αυτό, πρέπει να γίνεται ο αγώνας εισαγωγής λίγης ευφυΐας στις υποθέσεις του κόσμου!

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** το νεογνό γεννήθηκε με Αγάπη! Αναδεικνύεται το αρχικό κάλλος! Η γέννησή του δεν είναι ψυχοτραυματική, ούτε βίωσε απορριπτική – θυμωμένη μήτρα. ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ ΤΟΥ ΘΕΟΥ! Η δύναμη της ΓΝΩΣΗΣ – ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ – ΕΠΙΓΝΩΣΗΣ μας βοηθάει να γίνουμε αυτό που ξέρουμε ότι μπορούμε να είμαστε, δηλαδή η κατάσταση φωτογραφίας Β! Η Γνώση που αφορά την ύπαρξη γεννιέται κατ' αυτόν τον τρόπο! Η Γνώση είναι δύναμη, είναι όμως και μία ύψιστη αξία ζωής όταν είναι ταγμένη στην υπηρεσία της! Άνθρωποι και Γνώση μαζί ούτως ώστε να διαφυλάσσεται η έννοια του ανθρώπινου προσώπου. Η άγνοια είναι η νύχτα του μυαλού, το σκοτάδι κίνδυνος – φόβος! Η εφαρμογή όσων λέει αυτό το βιβλίο βγάζει στην επιφάνεια τον καλύτερο εαυτό μας (την κατάσταση φωτογραφίας Β). ΟΛΑ ΕΙΝΑΙ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ, δηλαδή ποιότητας συναισθήματος και της Λογικής που αυτό γεννά. Κάτω από τον σκοτεινό εαυτό μας (κατάσταση φωτογραφίας Α) υπάρχει ο αδιαφοροποίητος, φωτεινός πυρήνας της ομορφιάς που κρύβεται στο βάθος μας. Αυτή είναι η κατάσταση φωτογραφίας Β! Το σκοτεινό κομμάτι είναι τα αρνητικά ένστικτα, η κακία μας και όλα τα συναισθηματικά σκουπίδια με τα οποία μας έχει γεμίσει ο κόσμος που ζούμε! Αυτή είναι η κατάσταση φωτογραφίας Α!

**Slogan:** Η Αγάπη όλα τα ΗΜΕΡΕΥΕΙ – εξημερώνει! Η Αγάπη δημιουργεί ασφάλεια! Αγάπη & ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

**Σχόλιο:** οι περισσότεροι άνθρωποι γίνονται αγαθοί από την άσκηση παρά από τη φύση τους! Οι άνθρωποι επιτυγχάνουν το εν δυνάμει αγαθόν μέσα τους (την κατάσταση φωτογραφίας Β) να γίνει εν ενεργεία μέσω της άσκησης, της ελεύθερης βούλησής τους! Αποστολή μας είναι να υπερνικάμε τα δεσμά της ύλης και να γινόμαστε ΕΛΕΥΘΕΡΟΙ. Με δύο λόγια, μπορούμε να επιλέξουμε – αποφασίσουμε αν θα είμαστε καλοί (ενάρετοι) ή κακοί άνθρωποι και να ενεργούμε αναλόγως!

Όσον αφορά την Αγάπη, προστίθενται τα εξής:

Η Αγάπη διέπει το σύμπαν, το συνέχει και καθιστά δυνατή κάθε μορφή εξέλιξης: Η ΑΓΑΠΗ ΟΦΕΙΛΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ! Το αντίθετο της Αγάπης είναι περισσότερο η αποδέσμευση και λιγότερο το μίσος. Το μίσος είναι αντιπαραγωγικό. Πρώτα απ' όλα οφείλεται Αγάπη και σεβασμό στον φορέα της ύπαρξής σας! Έτσι μπορείτε να έχετε φως και για τους άλλους.

**Συνοπτικά:** η κατάσταση φωτογραφίας Β είναι χαρά, υπόσταση, είμαι! Η δυνατότητα εκδήλωσης ΕΥΘΥΝΗΣ, ΧΩΡΙΣ ΕΝΟΧΗ, δηλαδή με αγνότητα! Να μην αφήνουμε την ασχήμια του κόσμου (κατάσταση φωτογραφίας Α) να μας στερεί την χαρά μας (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Η Αγάπη δεν είναι απλώς συγκινησιακή κατάσταση φωτογραφίας Β, αλλά ΚΟΣΜΙΚΗ ΔΥΝΑΜΗ ΕΝΟΤΗΤΑΣ. Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί! Ο καθένας έχει μέσα στην καρδιά του μία μυστική γεννήτρια Αγάπης. Κατά την ψυχοθεραπεία αναζητείται

η εσωτερική ΑΛΗΘΕΙΑ του ανθρώπου (κατάσταση φωτογραφίας Β), όπου η ΑΛΗΘΕΙΑ ελευθερώνει και οδηγεί στη χαρά της αυτό-εκπλήρωσης (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Είμαστε Θεϊός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!



ΦΩΤ/ΦΙΑΣ Β

**ΓΕΝΙΚΟ ΣΧΟΛΙΟ:** είτε

είτε επαγγελματίες γιατροί, είτε είτε ερασιτέχνες γιατροί του εαυτού σας σκεφτείτε τα εξής: ο γιατρός είναι ο ικανός άνθρωπος που ενεργεί πάνω στις ίδιες τις πηγές της ζωής, με την δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ! Πρέπει να γνωρίζεις καλά κάτι για να μπορέσεις να το αντιμετωπίσεις. Αυτό είναι το φως της Γνώσης – Συνείδησης! Η Γνώση = πρόταση Αλήθειας = Αρετής = η Γνώση και η εξάσκηση στην εφαρμογή της. Η Αρετή διδάσκεται! Στο παρόν βιβλίο θα βρείτε τρόπους για να αναζητήσετε την κατάσταση του νου, την ευαισθησία και το θάρρος των ανθρώπων που προχωρούν εμπρός! Ο Χριστός είπε ότι «εφήμεροι εισίν όσοι ουκ έχουσι ρίζας εν εαυτοίς», δηλαδή εις ουδεμίαν άλλην ουσίαν να στηρίζεσαι πλην της δικής σου! Στο πλαίσιο αυτό, το κρίσιμο κατόρθωμα είναι η συνειδητοποίηση του εκάστοτε προβλήματος! Ο ΦΩΤΙΣΜΟΣ ΤΗΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ! Η ψυχοθεραπεία, δηλαδή, ξυπνάει μέσα μας τις δικές μας δυνάμεις και δυνατότητες! Η ψυχοθεραπεία οφείλει να κατανοεί και να εξηγεί την ανθρώπινη συμπεριφορά και την κοινωνική αλληλεπίδραση! Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες επηρεάζουν ευεργετικά τον τρόπο που ο θεραπευόμενος βλέπει τον κόσμο γύρω του και τον εαυτό-Εαυτό του μέσα σε αυτόν!

ΑΥΤΟΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ: Η εσωτερική εργαλειοθήκη και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, θέτουν καλύτερα σε κίνηση τα γρανάζια της βαθύτερης ψυχοθεραπευτικής εργασίας, συμβατικής & εσωτερικής, διότι έτσι η εργασία – ενέργεια της απόθησης μειώνεται ενώ η κοινωνικοποίηση του θεραπευόμενου αυξάνεται. ΑΠΩΘΗΣΗ = ΔΕΝ ΘΕΛΩ ΝΑ ΤΟ ΘΥΜΑΜΑΙ ΓΙΑ ΜΕ ΠΟΝΑΕΙ ΑΦΟΡΗΤΑ. Τούτο διότι όλες οι δυνάμεις που σπαταλιούνται σε εσωτερικές συγκρούσεις απελευθερώνονται και τίθενται στη διάθεσή σας! Με την εσωτερική εργαλειοθήκη και με τις ψυχικές γομολάστιχες επίσης οι θεραπευόμενοι μπορούν να εστιάζουν και μόνοι τους στα πάθη και στις πληγές που διαμόρφωσαν την προσωπικότητά τους! Έτσι, σύμφωνα με όλα τα παραπάνω μπορούν να σφυρηλατούν και να διαμορφώνουν το πεπρωμένο τους. Ακόμη και η προσωπική ευτυχία κτίζεται εκ των έσω, σύμφωνα με όσα λέγονται σε αυτό το βιβλίο. Με όσα λέγονται σε αυτό το βιβλίο μπορείτε να γίνεσθε κύριος του

εαυτού σας και της κατάστασης! Αναζητείτε πάντα τρόπους να τακτοποιήσετε εύλογα τα τραύματα που δε θέλετε να καταπιείτε ή να αποσιωπήσετε τηθήσετε, να κουκουλώσετε!

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** όσο το ασυνείδητο δεν γίνεται συνειδητό, αυτό θα καθορίζει την ζωή σου κι εσύ θα το θεωρείς ΠΕΠΡΩΜΕΝΟ! Αλλά, πεπρωμένο φυγείν ΔΥΝΑΤΟΝ με την ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ! Η ψυχοθεραπεία μας βοηθάει να μάθουμε να αγαπάμε τον εαυτό μας και να στεκόμαστε στα πόδια μας σταθερά! Καθετί που λέμε ασθένεια είναι απλά αδυναμία και η αδυναμία διαγράφεται με δύναμη! Στην προκειμένη περίπτωση με την δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ και η εξάσκηση στην εφαρμογή της. ΕΧΕΙΣ ΔΥΝΑΜΗ ΜΕΣΑ ΣΟΥ, ΤΗΝ ΓΕΝΝΑΣ ΜΟΝΟΣ/ΜΟΝΗ ΣΟΥ! ΠΟΤΕ ΜΗΝ ΠΙΣΤΕΨΕΙΣ ΟΤΙ ΣΟΥ ΤΗ ΔΙΝΕΙ ΚΑΠΟΙΟΣ ΑΛΛΟΣ!

Γενικότερα: ΜΑΘΕ ΝΑ ΣΤΗΡΙΖΕΣΑΙ ΣΤΙΣ ΔΥΝΑΜΕΙΑ ΣΟΥ! ΟΧΙ στους ΑΛΛΟΥΣ ΚΑΙ ΝΑ ΥΠΕΡΑΣΠΙΖΕΣΑΙ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ ΚΑΙ ΤΟΝ ΧΩΡΟ ΣΟΥ ! Με την ψυχοθεραπεία θα καταφέρεις να δυναμώσεις την αυτοεκτίμησή σου και να αποδεχθείς και να αγαπήσεις τον εαυτό σου. Παράλληλα θα μάθεις να μπορείς να κάνει συνειδητή, Λογική διαχείριση των φόβων σου, των ανησυχιών και των παθών σου, ούτως ώστε να εξυπηρετηθεί η πνευματική σου ανέλιξη παρακάτω, στο νέο επίπεδο δόνησης της ενέργειας όπου περνάμε! Η αποστολή μας στη Γη είναι να νικάμε τον πόνο της ύλης και να είμαστε ή να γινόμαστε ελεύθεροι από τον φόβο του θανάτου, δηλαδή να βρίσκουμε τη σχέση μας με τον Θεό μέσα μας και γύρω μας! Κάνε αυτό που είσαι ΠΡΑΞΗ. Έτσι, θα είσαι ουσιαστικά ευτυχισμένος στη Γη, διότι θα έχεις φέρεις εις πέρας την πλήρη εικδήλωση των δυνατοτήτων σου! Μ' αυτόν τον τρόπο ότι κι αν συμβαίνει γύρω σου, όσο αρνητικό κα αν είναι, εσύ θα μπορείς να αισθάνεσαι καλά μέσα σου! Δηλαδή θα διατελείς αδιατάρακτα στην κατάσταση φω/φιας β μέσα σου!

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ 1<sup>ο</sup>

Όταν συντρέχουν λόγοι να ταραχθείτε, να διερωτάστε: «θα βοηθούσε-ωφελούσε αυτό σε κάτι;». Έτσι θα διευκολύνετε την αταραξία σας, δηλαδή θα διατελείτε στην κατάσταση της φωτ/φιας β μέσα σας!

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ 2<sup>ο</sup>

Να μη νοιάζεστε για το τι λένε οι άλλοι για τις σκέψεις, ή τις πράξεις σας, διότι εσείς ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΑΚΡΙΒΩΣ ΤΙ ΓΙΝΕΤΑΙ (ΣΥΜΒΑΙΝΕΙ)

Slogan: να στέκεσθε με θάρρος και με αξιοπρέπεια μπροστά σε κάθε δύσκολο δεδομένο της πραγματικότητας! Να προσαρμόζεσθε και να εξελίσεσθε! Με αυτοκυριαρχία και Αγάπη εαυτού σε κάθε σας δράση και αλληλεπίδραση! Εσείς σκηνοθετείτε το έργο της ζωής σας! Ο καθένας παίρνει αυτό που θέλει και μπορεί και όχι αυτό που του χρωστάνε! Διότι, κανείς δεν του χρωστάει τίποτα!

Ο στόχος της ψυχοθεραπείας είναι να βοηθήσει τους ανθρώπους να εφεύρουν την δική τους θεωρία για τον εαυτό τους, αντί να χρησιμοποιούν υποκατάστατα! Όταν τελικά καταφέρεις να εφεύρεις την δική σου θεωρία για τον εαυτό σου, τότε μπορείς να πεις ότι η ψυχοθεραπεία πέτυχε!

**Γενικότερα:** η ψυχοθεραπεία δίνει τη δυνατότητα για διαυγέστερη Σκέψη και για στερεότερη Κρίση! Άρα, διευκολύνει να βρίσκονται οι σωστές λύσεις στην καθημερινότητα! Με την ψυχοθεραπεία, ιδίως την εσωτερική, απελευθερώνεται η θεϊκή δύναμη μέσα μας, που ενεργοποιεί τα σωματικά, νοητικά και

ψυχολογικά μας συστήματα! Είναι μία κατάσταση φωτ/φίας Β!

Όπως θεραπεύουμε το σώμα, μπορούμε να θεραπεύουμε και την ψυχή, όπως και την προσωπικότητα – χαρακτήρα! Από όλα όσα προαναφέραμε συνάγεται το συμπέρασμα ότι με την επιτυχή ψυχοθεραπεία η ΕΠΙΒΙΩΣΗ ΓΙΝΕΤΑΙ ΕΠΙΤΥΧΗΣ ΔΙΑΒΙΩΣΗ! Κατά την ψυχοθεραπεία αναδομείται ο εαυτός σου με ανασυγκρότηση χαρακτήρα – προσωπικότητας. Ότι καταφέρεις με τον εαυτό σου αποτελεί πολύτιμη παρακαταθήκη και για την κοινωνία!

Στην περίπτωση μας, σε αυτό το βιβλίο, με την ανάσυρση από το ασυνείδητο των βαθιών περιεχομένων του, ξυπνά η δύναμη της αυτοθεραπείας, παράλληλα με την αναζήτηση για μία ανώτερη Συνειδητότητα! Έτσι, οι αυτοθεραπευόμενοι θα μπορέσετε σταδιακά να περάσετε από τις ενστικτώδεις αντιδράσεις ανηλικού μέσα σας, στις συνειδητές αποκρίσεις ενηλικού μέσα σας, όπως χρειάζεται! Μπορείτε δηλαδή, να μάθετε να θεωρείτε, πάντοτε, τα πάντα ως πρόκληση για να αντεπεξέλθετε και ποτέ ως απόρριψη! Το πρώτο είναι ο ώριμος ενήλικος, ως πατέρας και μητέρα του εαυτού του! Το δεύτερο είναι παλινδρόμηση στην κατάσταση της παιδικής εξάρτησης, για στήριγμα από τους γονείς = ο ανώριμος ψυχικά ενήλικος! Από την στάση μας εξαρτάται αν οι αντιξοότητες της ζωής μας ενδυναμώνουν ή μας διαλύουν! Μεταμόρφωση, εξαγνισμός, κάθαρση, διδαχή μέσω των δεινών! Όλα αυτά αυξάνουν την ψυχοσωματική ανθεκτικότητα.

Η ενστικτώδης αντίδραση εξάρτησης του παιδιού από τους γονείς του είναι η εξής: «μητέρα-πατέρα αν δεν μου τα δώσεις όλα θα πεθάνω»! Έτσι, προκύπτει η ιδιοτελής παιδική αγάπη, όπου ισχύουν τα εξής: «σου δίνω αγάπη γιατί περιμένω αγάπη από σένα! Αν δεν ικανοποιείς την προσδοκία-ελπίδα μου σου θυμώνω, σε μισώ, δηλαδή θέλω να σου κάνω κακό, κακό μέχρι και να σε σκοτώσω, να σε πεθάνω, όπως εσύ πεθαίνεις εμένα όταν δεν μου δίνεις αγάπη» (κατάσταση φωτ/φίας Α). Αυτή είναι και η εξάρτηση από τα αποτελέσματα! Έτσι, ενεργεί το κατώτερο-γήινο «εγώ» που θέλει να εκδικηθεί για τα δεινά του και προκύπτει το «φιλέκδικον» η μνησικακία! Η μνησικακία είναι μεγάλη απειλή για την Υγεία! Ο μνησικακός άνθρωπος ωραιοποιεί την αυτό-απέχθειά του!

**Γενικότερα:** η εκδίκηση = ανοησία, τρέλα, αλαζονεία! Επίσης, η εκδίκηση είναι ματαιότητα και χαμένος καιρός! Η εκδικητικότητα οδηγεί σε φαύλο κύκλο αντεκδικήσεων (αδιέξοδη φιλεκδικία) και ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ! Την πληγή με πληγή δεν την γιατρεύεις! Επίσης η εκδικητικότητα σημαίνει διαζύγιο από τη Λογική. Η εκδικητικότητα είναι μίσος. Το μίσος είναι έλλειψη Αγάπης προς τον εαυτό – Εαυτό σας! Το μίσος είναι αντιπαραγωγική κατάσταση. Τέλος, το εγώ είναι που μας δίνει δύναμη, κατά την γήινη ύπαρξή μας! Το γήινο εγώ μας γίνεται πανίσχυρο όταν υποτάσσεται στο Ουράνιο ΕΓΩ μας! Ο νους μας αποκτά συνοχή στο ΠΛΗΡΕΣ ΕΓΩ ΜΑΣ! Το γήινο «εγώ» δεν χρειάζεται να εξαφανισθεί, αλλά να ενωθεί με το θείον, δηλαδή το γήινο εγώ χρειάζεται να τεθεί στην υπηρεσία της ψυχής μας! Οπότε το καλό και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε! Είμαστε Θεός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Για όλους αυτούς τους λόγους:

Όταν κάνουμε τα πράγματα «σωστά», για να μας αγαπούν = **ΛΑΘΟΣ**, είναι μεγάλο λάθος!

Όταν κάνουμε τα σωστά πράγματα για το κέφι μας και την αληθινή μας επιθυμία, χωρίς να μας το επιβάλλει κάποιος ή κάτι = **ΣΩΣΤΟ** και **ΟΡΘΟ!** Γι'

αυτό να συνειδητοποιείτε κάθε στιγμή την δική σας πραγματικότητα! Η ζωή και η Συνείδηση είναι ένα και το αυτό. Είναι η συνείδηση που κάνει πάντα τη διαφορά.

Καλό είναι να λειτουργούμε στην πραγματική βάση, ότι δηλαδή κανένας δεν μας χρωστάει τίποτα! Το δίκιο μας το βρίσκουμε με οργάνωση κι αγώνα!

Επίσης, να γνωρίζουμε ότι μία ζωή αγωνιζόμαστε να εντυπωσιάσουμε όσους μας έχουν εντυπωσιάσει! Διότι, οι άνθρωποι λειτουργούν συνήθως με βάση πως θα τους ήθελαν οι άλλοι και όχι με βάση το πώς πράγματι είναι! Αυτό είναι μέγα λάθος στάσης! ΣΥΜΒΟΥΛΗ: μη χάσετε άλλα, επειδή έτσι μάθατε μέχρι τώρα. Δεν χρειάζεται να αποδείξετε τίποτα, σε κανέναν! Αναρωτηθείτε μόνον σε ποιον γονέα σας αγωνίζεστε φαντασιωτικά να αποδείξετε κάτι και αποφασίστε – επιλέξετε να αλλάξετε τη στάση σας, με την βοήθεια των συνειδησιακών εργαλείων και των ψυχικών γομολάστιχων που σας δίνω! Με τα συνειδησιακά εργαλεία, τις ψυχικές γομολάστιχες και τις πληροφορίες που σας δίνω, μπορείτε να μάθετε ΝΑ ΑΝΤΙΣΤΕΚΕΣΘΕ, ΣΥΜΦΙΛΙΩΝΕΣΤΕ, ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ σε ότι ΑΝΤΙΣΤΕΚΕΤΑΙ ΣΤΗ ΖΩΗ ΜΕΣΑ ΣΑΣ, ΥΠΟΣΥΝΕΙΔΗΤΑ, π.χ. όπως: ενοχές, φόβους, αυτοκατάκριση, αυτοακύρωση, θυμούς, μνησικακίες, γενικώς κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα σας. Τα ανθρώπινα πάθη δεν είναι για να κρίνονται, αλλά για να βιώνονται!

Η πρόκληση που προανέφερα περιέχει έναν κίνδυνο και μία ευκαιρία! Από τον ώριμο ψυχικά ενήλικο εξαρτάται να ελαχιστοποιεί τον κίνδυνο και να μεγιστοποιεί την ευκαιρία! Σκεφτείτε τον κρίσιμο ρόλο της ΓΝΩΣΗΣ – ΜΟΡΦΩΣΗΣ σε όλα αυτά, όπου μόρφωση είναι η ποιότητα της κριτικής συνείδησης του ανθρώπου.

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** δεν μπορείς να αλλάξεις όσα ήδη έχουν συμβεί, αλλά μπορείς να αλλάξεις προς το καλύτερο–υγιέστερο την ΣΤΑΣΗ σου απέναντί τους! Αυτό ισχύει, τόσο με τα συνειδησιακά εργαλεία, όσο και με τις ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω σε αυτό το βιβλίο. Τη ζωή μας μόνοι μας την αλλάζουμε, με αλλαγή του τρόπου σκέψης μας! Η δική μας δύναμη μπορεί να αλλάζει τα πάντα, κάνοντας τον πόνο Αγάπη! Η ζωή μας είναι μία θεατρική παράσταση την οποία σκηνοθετούμε εμείς οι ίδιοι! Επιπλέον κατά την ψυχοθεραπεία (συμβατική ή και εσωτερική) ο ψυχοθεραπευτής σε ενδυναμώνει, ώστε να μπορείς να ξεπερνάς τα προβλήματά σου με ηθική υποστήριξη, ενεργοποίηση και ενθάρρυνση! Επίσης με τη συζήτηση μαζί του για το νόημα, τη λειτουργία και τα αποτελέσματα των «πιστεύω» σου. σας βοηθάει να κάνετε συνειδητή, λογική διαχείριση στους φόβους, στις ανησυχίες και τα πάθη σας!

Slogans: κατά μέτωπον αντιμετώπιση της πραγματικότητας με συνειδητή, λογική διαχείριση! Άφησε τα λάθη να σε διδάξουν! Να κάνεις κάτι που φέρνει προστιθέμενη αξία, δηλαδή γινόμενος όλο και πιο αποδοτικός! Οπότε το καλό και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε. Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι! Είμαστε Θείοι Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Το σχέδιο της ζωής σας, με όλα τα θετικά του και όλα τα αρνητικά του, εσείς το σχεδιάσατε πριν έρθετε στην ενσάρκωση - εκδήλωση. Γι' αυτό μην παραπονείστε επειδή αποκτάτε την εμπειρία που θέλει η ψυχή σας! π.χ. Όσο πιο σκληρά σου φέρονται, τόσο πιο σκληρός τείνεις να γίνεσαι. Όμως η σκληρότητα είναι αδυναμία = ΕΥΘΡΑΥΣΤΟΤΗΣ! Αντιθέτως, αν εφαρμόζονται όσα λέει το βιβλίο τότε προκύπτει σκληραγωγία της ψυχής = ΔΥΝΑΜΗ ΑΝΤΟΧΗΣ = όσο πιο

δυνατά – σκληρά μας κτυπούν τόσο από ψηλά αναπηδάμε, δηλαδή το πνεύμα επί της ύλης, δηλαδή η δύναμη του μυαλού πέρα και πάνω από τα όρια του σώματος! Μαθαίνοντας να χειραγωγούμε κατάλληλα το σύστημα διακυβέρνησης του ίδιου του εγκεφάλου. Η νόηση ως διευθυντήριο όργανο.

### **ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΑΞΙΑΣ:**

Εάν υπάρξει έξαρση των ενοχλημάτων σας με οποιοδήποτε συνειδησιακό εργαλείο ή με οποιαδήποτε ψυχική γομολάστιχα που σας δίνω και την εφαρμόσετε, να μην ανησυχήσετε, διότι πρόκειται για την ονομαζόμενη θεραπευτική αντίδραση! Αυτή η αντίδραση είναι καλό σημάδι, διότι σημαίνει ότι το συνειδησιακό εργαλείο ή η ψυχική γομολάστιχα ενεργεί-λειτουργεί στο υποσυνείδητο πεδίο του φόβου (κατάστασης φωτ/φίας Α) που θέλουμε!

Εάν κάνετε σταδιακή εφαρμογή του συνειδησιακού εργαλείου ή της ψυχικής γομολάστιχας, και εάν γίνει επανάληψη αρκετές φορές, τότε η θεραπευτική αντίδραση θα πάψει! Στη θέση της θα εκδηλωθεί η προσδοκούμενη ανακούφιση από τον φόβο, το άγχος, την αγωνία και γενικότερα την κατάσταση φωτ/φίας Α! ΑΥΤΗ ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΣΤΑΣΗ απέναντι σε αυτό το ενδεχόμενο όπου μαθαίνεις από την εμπειρία!

Κάθε σύμπτωμα ή σημείο που παρουσιάζουμε είναι ένα μήνυμα για μία προβληματική συμπεριφορά μας. Όταν κατανοήσουμε τα μηνύματα που στέλνει το σώμα-σήμα μας και αφού προβούμε στις αντίστοιχες απαραίτητες αλλαγές, τότε το σύμπτωμα ή σημείο παύει να έχει λόγο ύπαρξης και υποχωρεί.

Slogan: η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας!

Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας παρουσιάζω ενεργοποιούν μέσα μας τον μηχανισμό για να ανταπεξέρχεστε στις δυσκολίες – αντιξοότητες κατά την ζωή σας! Το να υποφέρουμε είναι μέρος της ανθρώπινης κατάστασης και εμείς αγωνιζόμαστε να ανταπεξερχόμαστε σε αυτό! Οι αναποδιές είναι μεταμφιεσμένες ευκαιρίες για ενδοσκόπηση. Εξασκηθείτε σε αυτή τη στάση! Είμαστε Θείοι Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Ειδικότερα, οι ψυχικές γομολάστιχες διευκολύνουν τις θεραπευτικές συνειδητοποιήσεις κατά τις ψυχοθεραπείες! Άρα, διευκολύνουν τον θεραπευόμενο να κινηθεί προς την ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ του, δηλαδή διευκολύνουν τον άνθρωπο να γνωρίσει τον εαυτό-Εαυτό του και την αλήθεια του! Η αυτό-κατάφαση προϋποθέτει αυτογνωσία! Επίσης, διευκολύνουν και τον θεραπευτή του θεραπευόμενου να τον κατανοήσει καλύτερα και ταχύτερα κατά τις ψυχοθεραπευτικές συνεδρίες, ούτως ώστε να μπορεί να βοηθάει αποτελεσματικότερα και συντομότερα, γρηγορότερα! Η στιγμή της αυτογνωσίας είναι η στιγμή της λύτρωσης στο ΤΩΡΑ, στο παρόν!

Οι ψυχικές γομολάστιχες είναι κατάλληλες για μεγάλη ανακούφιση (ξέσπασμα / εκτόνωση) και όχι για εκρίζωση του προβλήματος! Για ριζική θεραπεία χρειάζονται άνοιγμα καρδιάς, κατανόηση, αποδοχή και συγχώρεση μέσω ολοκληρωμένης ψυχοθεραπείας, συμβατικής ή ακόμη καλύτερα εσωτερικής. Άρα, όσοι πράγματι επιθυμούν την αλλαγή τους προς το καλύτερο να σπεύσουν

προς τους κατάλληλους θεραπευτές, για να συνεργασθούν! Η ΑΠΟΔΟΧΗ, ενώ παρατηρείτε – παρακολουθείτε χωρίς κρίση, ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ! Τα ανθρώπινα πάθη δεν είναι για να κρίνονται, αλλά για να βιώνονται! Η ΣΟΦΙΑ της ένωσης των μερών σας σε ένα, η Σοφία της αλλαγής! Έτσι, διαμορφώνεται ο συνειδητός, ειρηνικός αγωνιστής του Φωτός. Αυτό σημαίνει ότι αναγνωρίζεις, συνεργάζεσαι, αποδέχεσαι χωρίς κρίση, κατανοείς και ελευθερώνεις! ΑΥΤΟΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΤΡΟΠΟΣ! Διότι, σε ότι εναντιώνεσαι μέσα σου, αυτό δυναμώνει. Ότι αγαπάς και ποτίζεις με Αγάπη, Αποδοχή χωρίς κρίση, και Συγχώρεση, αυτόθεραπεύεται ριζικά! Σκοπός και αποτέλεσμα κάθε ψυχοθεραπείας είναι και να διευρυνθούν τα όρια αυτοκυριαρχίας και Αγάπης εαυτού σε κάθε δράση και αλληλεπίδραση του ατόμου-προσώπου. Για να γίνει το μάθημα τέλειο, κάνετε δήλωση πρόθεσης για τα εξής: Εγώ, ο/η παραδέχομαι και συνεργάζομαι πλήρως με το θείο ΣΧΕΔΙΟ! Ανοίγω και δέχομαι όλες τις ενέργειες θεραπείας και εξισορρόπησης που μου διαθέτει το σύμπαν και ο Θεός. Κρατώ στην καρδιά μου το φως, αποδέχομαι και αγαπώ το σκοτάδι μου, το τιμώ και το αγκαλιάζω με Αγάπη προς δόξαν Θεού! Βγαίνω από τον φόβο και εισέρχομαι στη χαρά της αυτό-εκπλήρωσης. Δέχομαι τα δεινά μου και τα αγαπώ, τα αποδέχομαι πλήρως, τα συγχωρώ και τα αφήνω να δουλέψουν προς όφελός μου. Ελευθερώνομαι. Εξαρτώμαι μόνον από το φως! Αγάπη γεμίζει την καρδιά μου και έλεος! Εισέρχομαι στη νέα φάση της ανθρωπότητας με νέες δυνάμεις και με τα φτερά ανοιγμένα μέσα στο φως. Αγαπώ το σκοτάδι μου και το αποδέχομαι πλήρως, το συγχωρώ, το αγκαλιάζω, το μετουσιώνω, το αγαπώ και αγαπώντας το ανεβάζω τη δόνησή του. Ειρήνη, Ασφάλεια, Ευλογία! Στο όνομα του Δημιουργού της ζωής αποδέχομαι και υπηρετώ, και έτσι είναι, Αμήν.

**ΣΧΟΛΙΟ:** όταν αποδεχθείς και δεις το σκοτάδι σου μπορείς και να το διορθώσεις! Η αποδοχή του σκοταδιού είναι η βάση για την πνευματική πορεία: όπου υπάρχει πνεύμα δεν υπάρχει θάνατος και ο φόβος του με τα παράγωγά του!

Τέλος,, οι ψυχικές γομολάστιχες μπορούν να βοηθήσουν στην αναγνώριση των συναισθημάτων του υπό του πάσχοντος και στην έκφρασή τους με λέξεις, οπότε ανακουφίζεται η ένταση μέσα τους και οι διαταραχές στην συμπεριφορά που αυτή προκαλεί.

Slogan 1: οι ενοχές και οι τύψεις δεν σε κάνουν καλύτερο άνθρωπο, όμως η ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ στην οποία σε οδηγούν σε κάνει καλύτερο άνθρωπο!

Slogan 2: η σοφία του εαυτού έρχεται μέσα από τη μεγαλύτερη στέρηση! Η θέωση του ανθρώπου έρχεται μέσα από την διαρκή δοκιμασία της αδυναμίας του! Η δύναμις εν τη ασθένεια τελειούται! μάθετε να μετατρέπετε την αδυναμία σας σε δύναμη, ως αποτέλεσμα της στάσης: ΠΑΘΑΙΝΩ – ΜΑΘΑΙΝΩ, για να μην ξαναπάθω! Επί των σφαλμάτων οικοδομείται η ΓΝΩΣΗ και η ΓΝΩΣΗ ΕΙΝΑΙ ΔΥΝΑΜΗ = πρόβλεψη και πρόληψη του κινδύνου = ασφάλεια = προ-στασία!

Οι ψυχικές γομολάστιχες μας βοηθούν να σκεφτούμε και να ενεργήσουμε λογικά, δηλαδή να κάνουμε συνειδητή, λογική διαχείριση εκεί όπου τη χρειαζόμαστε!

Να θυμάστε όσα σας είπα ήδη, κατά τον αγώνα σας, για εφαρμογή όσων διαβάζετε. Επίσης, ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΚΑΘΕ ΣΤΙΓΜΗ ότι η ενέργεια υπακούει στη

σκέψη, ακολουθεί τη σκέψη! Όπου πηγαίνει η σκέψη, πηγαίνει και η ενέργεια! Αναγνωρίστε την δύναμη που έχει η σκέψη σας. Πάνω σε αυτή την αρχή βασίζεται όλο το πρώτο μέρος του παρόντος βιβλίου! Αφού αφομοιώσετε τα περιεχόμενα αυτού του βιβλίου, θα μπορείτε να αυτοβοηθείστε και να βοηθάτε άλλους εμπνεόμενοι από την προσωπική σας πίστη, εμπιστοσύνη, αυτοπεποίθηση βασισμένοι στη ΓΝΩΣΗ σας και την ΔΥΝΑΜΗ της! Οπότε, εάν ένα θαύμα θα μπορεί να σας σώσει, θα μπορείτε εσείς να είστε το θαύμα, για τον εαυτό σας και για τον συνάνθρωπο που θα θελήσετε να βοηθήσετε! Εξάσκηση, εξάσκηση, εξάσκηση είναι όλοι οι νόμοι και οι προφήτες! Ο Θεός δεν κάνει για τον άνθρωπο ότι ο άνθρωπος δεν κάνει για τον εαυτό του! 'Η σ' άλλη διατύπωση: Ο Θεός βοηθάει αυτούς που βοηθούν τον εαυτό τους! Ο αγώνας αναφλέγει τις ικανότητες και τις μετατρέπει σε επίτευγμα! Η δύναμη του μυαλού πέρα και πάνω από τα όρια του σώματος! Βάλετε το μυαλό σας να δουλέψει ούτως ώστε να μεταποιείται το ψυχοτραυμα σε θαύμα! Σταθείτε αντιμέτωποι με τον φόβο και την ανασφάλειά σας. Αγωνίζεστε για να μετατρέψετε τον σκοτεινό και ασυνάρτητο πλούτο με τον οποίο σας προίκισε η φύση = ο Θεός, σε έναν ρυθμό ανώτερης υπαρξιακής τάξης!

Αλλάξτε τα δεδομένα! Αυτό σημαίνει Θεός επί της Γης! Η δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ μπορεί να αλλάζει τα πάντα! Στα πλαίσια αυτά, ότι ακούει ο εγκέφαλος, αυτό κάνει. Επίσης, σας λέγω ότι η πεμπουσία της δύναμης είναι η ικανότητα να καταλαβαίνει κάποιος την αδυναμία του και να προσπαθεί – εργάζεται για να την υπερβεί, δηλαδή να αποκτήσει τη δύναμη που χρειάζεται, αλλά στερείται! Απαραίτητη προϋπόθεση γι' αυτό είναι η ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ = η κατανόηση αυτού που πραγματικά μας συμβαίνει! Η πορεία είναι: εμπειρία – γνώση – συνείδηση – φώτιση – κατανόηση – επίγνωση – διεύρυνση της αντίληψης – θέωση! Αυτή είναι η επένδυση στον πνευματικό – εσωτερικό άνθρωπο! Είμαστε Θεϊός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω απελευθερώνουν και δυναμώνουν το ΑΥΤΕΞΟΥΣΙΟ του ανθρώπου. Βοηθούν δηλαδή, την αυτοπραγμάτωση του ανθρώπου σαν Λόγος που είναι αυτοκίνητος και αυτοπροσδιοριζόμενος!

Το βιβλίο αυτό σας μαθαίνει να χειραγωγείτε εσείς το μυαλό σας και όχι εκείνο εσάς! Επίσης, να επιλέγετε εσείς πώς να βλέπετε τον κόσμο, δηλαδή να έχετε υγιή θεωρούντα νού – σύστημα αυτοελέγχου και αντίληψης. Οι αντιλήψεις μας δημιουργούν την ψυχοσωματική πραγματικότητά μας! Οι αντιλήψεις μας = ο τρόπος με τον οποίο σκεπτόμαστε και επιλέγουμε να ερμηνεύσουμε τα γεγονότα. Έχουμε πάντα τη δυνατότητα να επιλέγουμε!

Slogan: η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας! Η δύναμη του μυαλού πέρα και πάνω από τα όρια του σώματος! Βάλετέ το να δουλέψει!

ΟΛΑ ΞΕΚΙΝΟΥΝ ΑΠΟ ΕΜΑΣ ΚΑΙ ΚΑΤΑΛΗΓΟΥΝ ΣΕ ΕΜΑΣ! «Τίποτα εκ των έξω, όλα εκ των έσω» ή «εις ουδεμίαν άλλην ουσίαν να στηρίζεσαι πλην της ιδικής σου», ΜΕ ΣΘΕΝΟΣ ΚΑΙ ΚΑΡΤΕΡΙΑ! Μένε και κράτει! Με το παρόν βιβλίο θα μάθετε να θέλετε να αλλάζετε την διάθεσή σας από αρνητική και σκοτεινή (κατάσταση φωτογραφίας Α) σε θετική και φωτεινή (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Όταν θέλετε να βοηθήσετε κάποιον, να θυμάστε ότι ΣΥΜΠΟΝΑΜΕ αλλά δεν ΣΥΜΠΑΣΧΟΥΜΕ μαζί του ψυχικά!

Οι άνθρωποι χωρίς σημασία έχουν απαιτήσεις από τους άλλους! Οι άνθρωποι με σημασία έχουν απαιτήσεις από τον εαυτό τους! Όλα αυτά είναι εφικτά, αρκεί να



ξεκινήσουμε να τα σκεπτόμαστε σοβαρά, πράττοντας αντιστοίχως!

Εξασκηθείτε έτσι ώστε να είστε υπομονετικοί και ανθεκτικοί! Αυτές οι ικανότητες ανεβάζουν – ανυψώνουν τον άνθρωπο. Χτίζετε εσωτερικά στηρίγματα με όσα σας λέγω σε αυτό το βιβλίο. Πάψετε να εξαρτάσθε από εξωτερικά στηρίγματα! Ακόμη και η προσωπική ευτυχία χτίζεται εκ των έσω, σύμφωνα με όσα λέγονται σε αυτό το βιβλίο. Σεις έχετε τη δύναμη μέσα σας και την γεννάτε μόνοι/μόνες σας, δεν σας τη δίνει κανένας άλλος. Αυτή είναι η δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ. Η ουσία της ΓΝΩΣΗΣ είναι όταν την έχεις να την εφαρμόζεις! Η πεμπουσία της δύναμης είναι η ικανότητα να καταλαβαίνει κάποιος την αδυναμία του και να εργάζεται για να την υπερβεί δηλαδή για να αποκτήσει τη δύναμη που χρειάζεται, αλλά στερείται! Απαραίτητη προϋπόθεση γι' αυτό είναι η ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ = η κατανόηση αυτού το οποίο πραγματικά μας συμβαίνει.

Ο σκοπός είναι να γνωρίσει ο άνθρωπος τον εαυτό του, την αξία του, την αλήθεια του! η Γνώση του εαυτού – Εαυτού σας (αυτοκυριαρχία) είναι η πραγματική ΔΥΝΑΜΗ! Αποφασίστε να φανείτε αποτελεσματικοί. Αληθινό είναι ότι δεν φθείρεται, δεν μεταβάλλεται, δεν πεθαίνει. Αλήθεια = το αιώνια ισχύον! Άρα, άλλο η πραγματικότητα που αλλάζει και άλλο η Αλήθεια δηλαδή το αιώνια ισχύον! Κατά τη διάρκεια αυτού του αγώνα, το καλό και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε! Η αλήθεια χρειάζεται πιο πολύ κουράγιο από τα ψέματα: με ένα λόγο ΑΝΑΠΤΥΣΣΕΙ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΜΑΣ ΔΥΝΑΜΗ. Η ψυχή μας αντέχει πολλά και μαθαίνει από αυτά.

Γίνεται αμετάβλητες υπάρξεις, χωρίς να χάνετε το θάρρος, την ομαλή σας διάθεση και το κουράγιο σας! Πάρτε πάνω σας το βάρος του εαυτού – Εαυτού σας! Να είστε συστηματικοί και προσαρμοστικοί ταυτόχρονα. Να δείχνετε δύναμη κατά τις δυσκολίες και να είστε και να φαίνεσθε δυνατοί με σθένος και καρτερία! Όσο δύσκολη κι αν είναι η κατάσταση που αντιμετωπίζετε να σκέπτεσθε θετικά, δηλαδή δημιουργικά και όμορφα, χωρίς να χάνετε την καλή σας διάθεση! Το θέμα είναι ποιον κόσμο επιλέγετε να δείτε: εκείνον της κατάστασης φωτογραφίας Α ή αυτόν της κατάστασης φωτογραφίας Β; Αυτό που αποφασίζετε να δείτε επιδρά στο περιβάλλον.

**Συνοπτικά:** Το βιβλίο που διαβάζετε αποσκοπεί ούτως ώστε να φωτίζει τη σκέψη (όπου φώτιση = κατανόηση & επίγνωση) και να ανυψώνει το φρόνημα, ενώ ενισχύει την αυτοδυναμία σας ως αυτεξούσιου ανθρώπου! Το ζητούμενο είναι να έχουμε αυτοέλεγχο – αυτοκυριαρχία και νοητικά διαύγεια. Το να στέκεται κάποιος συναισθηματικά και νοητικά ισχυρός είναι πολύ δύσκολο. Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που προσφέρει αυτό το βιβλίο θα σας βοηθήσουν να είσαι συναισθηματικά δυνατοί και νοητικά διαυγείς! Εξασκηθείτε σε αυτά! Η εξάσκηση οδηγεί στην τελειοποίηση! Διότι η επανάληψη δυναμώνει την συνήθεια. Ο άνθρωπος είναι όπως ΕΧΕΙ ΣΥΝΗΘΙΣΕΙ ΝΑ ΕΙΝΑΙ! Το βιβλίο αυτό σας μαθαίνει να χειραγωγείτε εσείς το μυαλό σας και όχι εκείνο εσάς. Έτσι, με την αλλαγή συνείδησης, που θα προκύπτει θα μπορείτε να επιλέγετε εσείς πώς να βλέπετε τον κόσμο, δηλαδή να ελέγχετε προς το καλύτερο (κατάσταση φωτογραφίας Β) το αντιληπτικό σας σύστημα, τον θεωρούντα νου σας, το σύστημα αυτοελέγχου σας, με μία λέξη «ΤΟ ΝΟΜΙΖΩ» σας! με την εφαρμογή όσων διαβάζετε ενισχύεται μέσα σας τη δύναμη του ανθρώπινου πνεύματος να υπερβαίνει τα δεινά της πραγματικότητας. Καλλιεργείτε την πνευματική δύναμή σας! πέτρα την καρδιά σας στις συμφορές να κάνετε! Μην αφήνετε τις αντιξοότητες να σας σταθούν εμπόδιο. Μαθαίνεται από τα λάθη σας, τις αποτυχίες σας! αν δεν δοκιμάσεις, δεν κερδίζεις! Επιπλέον,

δοκιμάζετε, το καλόν κατέχετε! Έχουμε δικαίωμα στις επιλογές μας και στον τρόπο τους, αλλά πρέπει να είμαστε και έτοιμοι να πληρώσουμε το κόστος τους, διότι ιδανικές επιλογές χωρίς κόστος δεν υπάρχουν!

Όταν κάποιος σου φερθεί άσχημα, προκύπτουν 2 εναλλακτικές, δυνατότητες, ως εξής:

-Πρώτον, να θεωρήσεις το συμβάν ως προσβολή και να χαλάσεις την ημέρα σου ως εκτούτου!

-Δεύτερον, να θεωρήσεις ότι το συμβάν δε σε αγγίζει- επηρεάζει και να μη χαλάσεις την ημέρα σου!

-Η ΕΠΙΛΟΓΗ ΕΙΝΑΙ ΔΙΚΗ ΣΟΥ, ΕΞΑΣΚΗΣΟΥ ΑΝΑΛΟΓΑ!

-Δεν μπορούμε μιν να επιλέξουμε τις εξωτερικές περιστάσεις, μπορούμε όμως να επιλέξουμε πώς θα απαντήσουμε- ανταποκριθούμε σ' αυτές!

-ΣΗΜΕΙΩΣΗ: δεν σώζεσαι- ολοκληρώνεσαι άνευ του «άλλου»! Ο «άλλος» έχει σωτηριολογική αξία κατά το πνεύμα, όπως και κατά την Ελληνορθοδοξία!

όπου, Σωτηρία=η ολοκλήρωση του ανθρώπου! Να θυμάστε ιδιαίτερα εξής:όταν θέλετε να βοηθήσετε κάποιον να ΣΥΜΠΟΝΑΤΕ, αλλά χωρίς ΝΑ ΣΥΜΠΑΣΧΕΤΕ μαζί του ψυχικά! Δηλαδή να μη μετέχετε στο δράμα του ματαίως!

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η ανάλυση των φωτ/φιών Α και Β προήλθε από το βιβλίο μου ΣΠΟΡΟΣ ΕΛΠΙΔΑΣ που έγραψα το 1980-1981. Όλα όσα αναφέρονται σε αυτό το βιβλίο είναι γνώσεις εφαρμοσμένες επιτυχώς στο ιατρείο μου για 40 χρόνια και εμπνευσμένες, άμεσα και έμμεσα από τη σχέση μου με το Πνεύμα! Πρόκειται για γνώσεις τις οποίες γνωρίζουμε, λόγω των θεραπευτικών αποτελεσμάτων με εύλογη βεβαιότητα, καθώς το Πνεύμα βοηθά πάντα προς την θεραπευτική κατεύθυνση! Δηλώνω λοιπόν την ευγνωμοσύνη μου στο Πνεύμα, που συνδημιουργεί με εμένα! Ευχαριστώ επίσης, και τιμώ και όλους τους Πνευματικούς Συνοδοιπόρους που συνάντησα και συναντώ κατά καιρούς στο δρόμο μου, που συνέβαλαν και συμβάλουν ακόμη, με τον δικό τους τρόπο, βάζοντας το «λιθαράκι» τους της συνδημιουργίας στο έργο της θεραπείας! Μέσα από αυτούς τους προικισμένους Πνευματικούς Συνοδοιπόρους λοιπόν, το Πνεύμα μας υπέδειξε θαυμάσιους τρόπους θεραπείας για όλους μας, δηλαδή μία στρατηγική αυτοβοήθειας του ανθρώπου ο οποίος παλεύει με τα σκοτάδια του! καλλιεργείτε μέσα σας την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης!

Το βιβλίο που διαβάζετε αποτελείται από τα εξής 2 μέρη:

**ΜΕΡΟΣ 1<sup>ο</sup>** – Η εσωτερική εργαλειοθήκη με τα ΣΥΝΕΙΔΗΣΙΑΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ

Με τα συνειδησιακά εργαλεία επιτυγχάνεται η διαχείριση της ενέργειας μέσα στο ενεργειακό σύστημα Άνθρωπος, όπου περιλαμβάνεται και το σώμα-σήμα του Ανθρώπου. Είναι άλλο να κατακλύζεσαι από ενέργειες και άλλο να τις συνειδητοποιείς και να τις διαχειρίζεσαι, λαμβάνοντας υπόψη και τις αντιστάσεις της προσωπικότητας-του χαρακτήρα!

Τα συνειδησιακά εργαλεία θα σας βοηθήσουν επίσης να μάθετε να χαλαρώνετε τις εντάσεις του ψυχισμού σας. Έτσι θα συμβάλλουν στην επίτευξη της ψυχικής σας ευημερίας αρκεί να τα επαναλαμβάνετε όσες φορές χρειάζεται κάθε φορά! Μάθετε να θεωρείτε τα συνειδησιακά εργαλεία και τις ψυχικές γομολάστιχες ως ψυχαγωγία και όχι ως αγγαρεία ή τιμωρία. Επιπλέον, να θεωρείτε ότι δεν είναι «μαγείες» αλλά φανέρωση της παρουσίας του Θεού μέσα σας! Η αντίληψη ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΠΑΝΤΑ! Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από την αντίληψή μας! Δείχνετε σεβασμό στον Θεό που είστε επί της Γης.

Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας! Η ψυχή είναι μεγάλη δύναμη μέσα στον άνθρωπο και ενεργοποιείται με τα συνειδησιακά εργαλεία που δίνονται με αυτό το βιβλίο. Κάθε άνθρωπος είναι προικισμένος με αυτό το δώρο, δηλαδή να μπορεί να τα καταφέρει ΑΝ ΤΟ ΘΕΛΗΣΕΙ. Να τροποποιήσει τις αντιλήψεις του από εκείνες της κατάστασης φωτογραφίας Α σε εκείνες της κατάστασης φωτογραφίας Β. η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από την αντίληψη μας! Έτσι, με την κατάλληλη στάση μπορείς να κάνεις θαύματα! ΣΤΑΣΗ = απόφαση και συνέπεια στην εφαρμογή της (εξάσκηση). Η εξάσκηση είναι όλοι οι νόμοι και οι προφήτες από τους οποίους όλα εξαρτώνται. Η επανάληψη είναι η μητέρα κάθε μάθησης, διότι η επανάληψη δυναμώνει την συνήθεια, οπότε: ΕΞΙΣ ΔΕΥΤΕΡΑ ΦΥΣΙΣ!

Για όλους αυτούς τους λόγους η εξάσκηση σημαίνει λιγότερες αποτυχημένες απόπειρες. Τέλος,, να γνωρίζετε ότι οι ψυχικές γομολάστιχες βοηθούν στην αποταύτιση με τα εσωτερικευμένα και στρεβλά γονικά πρότυπα διδαγμένης αντίληψης!

Με σεβασμό λοιπόν και εκτίμηση για τους ανθρώπους! Ας σεβαστούμε τον Άνθρωπο! Ο σεβασμός ανοίγει τις πύλες της Σωτηρίας! ΓΕΓΟΝΕ! Τέλος, με τα συνειδησιακά εργαλεία θα επιτύχετε κάθαρση και φώτιση τις οποίες χρειάζεστε! Οι ψυχικές γομολάστιχες βοηθούν στην ανάσυρση του ασυνείδητου και την θεραπεία των ψυχοτραυμάτων. Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες θα σας κάνουν να αισθάνεστε καλύτερα με τον εαυτό σας! Θα προκύψουν υποστήριξη και ενδυνάμωσή σας!

## ΜΕΡΟΣ 2<sup>ον</sup> – ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ

Το παρουσιαζόμενο θεραπευτικό σύστημα απευθύνεται σε όλους όσοι θέλουν να αυτοθεραπευτούν ΧΩΡΙΣ ΦΑΡΜΑΚΑ. Επίσης, απευθύνεται σε όσους ψυχοθεραπευτές-ψυχιάτρους θέλουν να το χρησιμοποιήσουν ως α-φαρμακή θεραπεία στους θεραπευόμενους τους, όπως έκανα και κάνω εγώ για περισσότερα από 40 χρόνια ήδη! Το αντικείμενο αυτών των θεραπειών είναι τα ψυχοσωματικά νοσήματα, δηλαδή όλη η εσωτερική παθολογία. Αυτή μπορεί να αφορά και γυναικολογικές διαταραχές όπως: διαταραχές του κύκλου της περιόδου, δυσμηνόρροιες, προεμμηνορροϊκό σύνδρομο, κύστεις των ωοθηκών, ενδομητρίωση, ινομύματα μήτρας κλπ. Επίσης μπορεί να αφορά δερματολογικές διαταραχές όπως: ψωρίαση, δερματίτιδες, έρπη ζωστήρα ή των γεννητικών οργάνων κλπ. Βοηθούνται ακόμα ψυχικά θέματα όπως: οι καταθλίψεις, οι μανιοκαταθίψεις, οι φοβίες, οι πανικοί, και οι νευρώσεις εν γένει! Το αυχENO-βραχιόνιο σύνδρομο και οι οσφυοϊσχιαλγίες επίσης. Τέλος, το βρογχικό άσθμα!

Επίσης, όσα διαβάσετε εδώ θα σας βοηθούν να διαχειρίζεστε την απώλεια, το πένθος και τη θλίψη! Είναι σύνηθες γεγονός, ότι ύστερα από κάθε απώλεια

βιώνεται ισχυρή προσωπική κρίση! Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω θα σας βοηθούν να μην αφήνετε το «εγώ» σας να απορροφάται από το πένθος της όποιας απώλειας! Το «εγώ» είναι ο ψυχικός οργανισμός. Χρειάζεται να έχουμε ισχυρό «εγώ» για την επιβίωση και προκοπή στη ζωή. Για να επιτύχετε στόχους πρέπει να έχετε ένα καλά δομημένο «εγώ». Το «εγώ» χρειάζεται να καθαριστεί και να δίνει διάφανο για να δεχθεί την χριστική ενέργεια. Το «εγώ» δεν χρειάζεται να καταργηθεί αλλά να καθαριστεί! Όταν μας φανερώνεται να καθαρίζεται και να υποτάσσεται στο ουράνιο «ΕΓΩ». Άρα για να επιτύχετε στόχους πρέπει να έχετε ένα σχέδιο γι' αυτό, αλλιώς πρόκειται για απλή ευχή.

Η διαδικασία είναι η εξής:

**ΣΤΟΧΟΘΕΣΙΑ** -> στοχοπροσήλωση -> επίτευξη. Ιεράρχησε τα πάντα, κυριάρχησε τα πάντα! Με τη βοήθεια της ιόχρου ενέργειας. Σκέψου μωβ παντού, μέσα σου και έξω σου, γύρω σου! Να είστε Μωβ, ισχυροποιηθείτε με το μωβ και τις αποχρώσεις του. το ιόχρου δίκτυο είναι αυτό που στηρίζει, δομεί και μορφοποιεί το χριστικόν σώμα! Το χριστικόν σώμα οικοδομείται πάνω στα πλαίσια του ιόχρου δικτύου! Κάθε άνθρωπος μπορεί να λειτουργεί ως κόμβος του ιόχρου δικτύου. Όταν συνδεθούν οι κόμβοι του ιόχρου δικτύου τότε θα έχει έλθει ο Χριστός στη Γη.

Ο Δάσκαλος Άγιος Γερμανός έχει αναλάβει το δύσκολο έργο της διάδοσης της χριστικής ενέργειας στη Γη. Μέσα από το δικτύωμα που καλλιεργεί και αναπτύσσει με τη βοήθεια των ενσαρκωμένων ανθρώπων. Καθοδηγεί την ενέργεια της ιόχρου φλόγας και δονεί το ιόχρου δίκτυωμα δονώντας ταυτόχρονα τον άνθρωπο στον ρυθμό του Χριστού!

Να αγωνιζόμαστε και όχι να αγωνιούμε! Να μετουσιώνουμε την αγωνία, το άγχος μας σε αγωνιστική δράση επιβίωσης του καλύτερου, όταν η καρδιά του ανθρώπου αρχίσει να λειτουργεί εστιασμένη στον αγαπημένο σκοπό, τότε η νίκη δεν είναι μακριά! Η ζεστή πυρωμένη καρδιά κινεί τον άνθρωπο προς τον στόχο του και όταν η καρδιά επιθυμεί, ο δρόμος είναι ανοιχτός! Μάθετε να παλεύετε με εξαγριωμένες αποθηριωμένες, σαρκοβόρες ενοχές που σας κατασπαράζουν, εφαρμόζοντας όσα λέει αυτό το βιβλίο! Μάθε να μαθαίνεις, αυτή είναι η υπέρτατη δεξιότης! Το πρώτο που χρειάζεται να μάθετε είναι το εξής: να συμπονάτε κριτικά αλλά να μη συμπάσχετε ψυχικά! Να μην μετέχετε στο δράμα, ματαιώς!

Η απώλεια ιδίως της παρουσίας του Άλλου είναι εκείνη που τσακίζει την ύπαρξη! Το πιο δύσκολο πράγμα είναι να μπορέσει κάποιος να πενθήσει. Να ζήσει το πένθος του. Αυτό εξαρτάται από το εάν μπόρεσε να ζήσει τα πρώτα, πρώιμα πένθη του, όπως: το πένθος του απογαλακτισμού, του μαστού, του αποχωρισμού από τους γονείς κλπ. **ΤΟ ΠΕΝΘΟΣ ΕΙΝΑΙ Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΗΣ ΑΠΩΛΕΙΑΣ!** Το πένθος είναι το τίμημα που πληρώνουμε για την Αγάπη!

Παρεμπιπτόντως, αναφέρω και άλλες καταστάσεις στις οποίες σας βοηθούν τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες, όπως: η ψυχική σκοτεινιά, η θλίψη, ο πόνος, ο φόβος, η ήττα-αποτυχία, η μοναξιά, το πλήγμα στην αυτοεκτίμησή σας – αυτοπεποίθησή σας, όπως πχ. σε ερωτικό χωρισμό, σε ερωτική απογοήτευση κλπ. Άλλα θέματα που μπορούν να βοηθηθούν είναι: η απώλεια της εργασίας λόγω απόλυσης ή λόγω χρεωκοπίας ή λόγω συνταξιοδότησης ή τέλος η χηρεία ή η απώλεια αγαπημένου κατοικίδιου ζώου! Επίσης, τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, θα σας διευκολύνουν στη διαχείριση των ανεπιθύμητων – αρνητικών

συναισθημάτων σας κάθε μορφής και φύσης! Έτσι, ΘΑ ΠΑΙΡΝΕΤΕ ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΑ ΔΥΣΚΟΛΑ καθώς θα διαλύονται όλα όσα προβληματικά θέλετε να αφήσετε πίσω σας!

Επίσης, η εσωτερική εργαλειοθήκη και οι ψυχικές γομολάστιχες βοηθούν ούτως ώστε να λύνονται οι συναισθηματικές συγκρούσεις και εντάσεις που εκφράζονται με σωματικούς όρους. Ο κάθε άνθρωπος φέρνει μέσα του τα εντυπώματα των προηγούμενων συμβάντων στη ζωή του, ιδίως κατά τα 3-5 πρώτα χρόνια, της ενδομήτριας ζωής συμπεριλαμβανομένης.

Όταν υπάρχει στην αρχή της ζωής ενός ανθρώπου ένα δομικό έλλειμμα Αγάπης στον ψυχισμό του (κατάσταση ισχυρής φωτογραφίας Α) ο ψυχισμός αυτός μπορεί να μην αντέχει μεγάλα τραυματικά φορτία. Βασικό στοιχείο που θα παίζει ρόλο σε αυτήν την ηλικία είναι ο περιβαλλοντικός παράγοντας στον οποίον ΕΝΕΧΕΤΑΙ = εμπλέκεται, ο άνθρωπος! Ενδογενείς και εξωγενείς επιρροές μας διαμορφώνουν! Η ύπαρξή μας εκτείνεται σε παραπάνω από ένα επίπεδα και δέχεται επιρροές από αυτά. Είμαστε παράγωγα της εμπειρίας μας και του λογισμού μας. Κοντά σε όλα αυτά να θυμόμαστε και το κάρμα που φέρουμε από προηγούμενες ενσαρκώσεις. Τέλος, προσθέτω ότι: η διαγενεακή διαδικασία επιρροής και βλάβης αντιμετωπίζεται εξυγιαντικά με τη λεγόμενη συστημική αναπαράσταση (κβαντική θεραπεία). Ενδιαφερθείτε να μάθετε γι' αυτήν και χρησιμοποιείστε τη!

Οι ψυχικές γομολάστιχες φέρνουν τα εντυπώματα αυτά στην επιφάνεια της Συνείδησης! Στα πλαίσια αυτά τίθεται το ερώτημα: πώς θα θεραπεύσετε αυτό που φοβάσθε να δείτε και να ακούσετε; Οι ψυχικές γομολάστιχες κάνουν τούτο αυτόματα! Άρα, διευκολύνουν την πρόοδο της παράλληλης ψυχοθεραπείας, η οποία πρέπει να συνοδεύει την χρήση των ψυχικών γομολάστιχων!

Μέσα στην κρίση που ταλανίζει την Ελληνική κοινωνία έχει αυξηθεί σημαντικά η ζήτηση για υπηρεσίες ψυχικής υγείας! Η ζήτηση παρατηρείται κυρίως από άτομα που έχουν διαταραχές άγχους ή κάποιας μορφής κατάθλιψη ή εμφανίζουν σοβαρές δυσκολίες να αντεπεξέλθουν στην πίεση που αισθάνονται λόγω οικονομικής στενότητας! Σε ευάλωτες προσωπικότητες, οι κρίσεις προκαλούν υπαρξιακούς κλυδωνισμούς! Τα άτομα αυτά ζητούν συμβουλές, για να αντιμετωπίσουν τις προαναφερθείσες ψυχοπαιστικές καταστάσεις τους! Το βιβλίο αυτό, όπως και τα προηγούμενα είναι μία εκδήλωση θέλησης για την διάδοση της Αγάπης και της Υγείας! Αυτές τις παραπάνω ανάγκες επιχειρεί να καλύψει ο παρών ΟΔΗΓΟΣ ΑΥΤΟΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ! Αν ταυτόχρονα γίνεται και εσωτερική ψυχοθεραπεία ή συμβατική ψυχοθεραπεία είναι το ΙΔΑΝΙΚΟ! Καλλιεργείτε μέσα σας την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης. Παράλληλα με την ψυχική, την υλική σας υπόσταση πρέπει να σέβεστε, να προσέχετε και να αγαπάτε.

Μεγάλο μέρος αυτών των θεραπευτικών μεθόδων που θα διαβάσετε σε αυτό το βιβλίο δόθηκε από το Πνεύμα κατά τη διάρκεια Ανώτερων Πνευματικών επικοινωνιών (διαυλισμών, channelings) μαζί Του! Το channeling = διαυλισμός είναι ο τρόπος της Φώτισης – Κατανόησης – Διεύρυνσης της αντίληψης, δηλαδή εσωτερικής καλλιέργειας, με αποκορύφωμα την θέωση!

Η συμβατική ψυχοθεραπεία είναι, αναλογικά, τα κατώτερα μαθηματικά!

Η εσωτερική ψυχοθεραπεία είναι, αναλογικά, τα ανώτερα μαθηματικά! Τούτο, διότι η εσωτερική ψυχοθεραπεία επιλύει και καρμικής αιτιολογίας προβλήματα, από προηγούμενες ενσαρκώσεις και διότι διασαφηνίζει ΤΟ ΣΧΕΔΙΟ ΖΩΗΣ του ανθρώπου (ατόμου)! Βοηθάει όταν κατανοήσουμε το ιστορικό υπόβαθρο της

ψυχής! Αναγνωρίζεται η πραγματική σημασία της ιστορίας μας. Έτσι, επιτρέπεται να γίνουν οι συνδέσεις με τα σημεία αναφοράς που ήδη έχουμε. Η διάδραση μεταξύ του εσωτερικού και του εξωτερικού αφηγήματος της ιστορίας μας επιτυγχάνεται μέσω των συμβόλων. Έτσι, παράγονται τα σημεία και τα συμπτώματα στο σώμα και στην προσωπικότητα καθώς και τα δημιουργήματα της τέχνης. Τα σύμβολα χρησιμοποιούνται κατά κόρον στην τέχνη. Η ψυχή δημιουργήθηκε για να γεφυρώσει το χάσμα που υπάρχει ανάμεσα στο εσωτερικό και στο εξωτερικό (υλικό – γήινο) πεδίο! Η μεν ψυχή μας ελέγχει και καθοδηγεί την προσωπικότητά μας, η δε προσωπικότητά μας επηρεάζει την ψυχή μας μέσω της εμπειρίας της στη Γη. Τα ψυχικά – σωματικά μας προβλήματα προέρχονται είτε από την ψυχή μας (κοσμικής προέλευσης – καταγωγής) είτε από την προσωπικότητά μας ή αλλιώς από τον χαρακτήρα μας (γήινης προέλευσης – καταγωγής). Το γήινο «εγώ» δεν χρειάζεται να εξαφανισθεί αλλά να ενωθεί με το θείον, δηλαδή το γήινο «εγώ» να τεθεί στην υπηρεσία της ψυχής! Είμαστε γεννημένοι από Γη και Ουρανό! Όλοι είμαστε μία ψυχή που καταλαμβάνει ένα σώμα και ταξιδεύει από ζωή σε ζωή (μετενσαρκώνεται)! Το υπέρτατο νόημα της ζωής είναι η περιπέτεια της ψυχής που αναζητεί τον Θεό! Κατά τη διάρκεια αυτής της περιπέτειας το καλό και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε. Το ΜΕΓΑΛΟ ΣΧΕΔΙΟ δεν λειτουργεί καταναγκαστικά. Στο πλαίσιο αυτής της πραγματικότητας να συλλάβουμε το δικό μας σχέδιο ζωής, τη δική μας ΑΛΗΘΕΙΑ και να εκπληρώσουμε τον σκοπό μας! Αμαρτία σημαίνει αστοχία – αποτυχία να γίνουμε ό,τι είμαστε! Να αναζητάμε και να λέμε την Αλήθεια μας! Έτσι, είμαστε μέρη του θείου ΝΟΥ όπου η ΑΛΗΘΕΙΑ μας = η δική μας εμπειρία όπως την κατανόησε η καρδιά μας και όχι ο νους μας! Είμαστε Θεός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του! Στα πλαίσια της προαναφερθείσας πραγματικότητας, η στάση μας να είναι η εξής: όλες οι ελλείψεις μας, όλες οι ανεπάρκειές μας να διορθωθούν!

- α) ότι δεν γνωρίζουμε να το μάθουμε,
- β) ότι δεν έχουμε να το αποκτήσουμε,
- γ) όπου είμαστε αδύναμοι να γίνουμε δυνατοί!

Οι δυνάμεις που έχουμε σχετίζονται με το σχέδιο της ζωής μας, το οποίο περιλαμβάνει τόσο καρμικές αιτίες όσο και επιθυμίες για ΓΝΩΣΗ και εμπειρίες! Να είμαστε χαλαροί όσο γίνεται και να αποδεχόμαστε αυτό που μας συμβαίνει ΔΙΟΤΙ ΕΙΝΑΙ ΜΑΘΗΤΕΙΑ! Η μαθητεία αυτή μπορεί να μας διδάσκει να βλέπουμε πιο μέσα – πιο βαθιά και να αναγνωρίζουμε τους πόνους μας που δεν είναι λίγοι. ΑΞΙΖΕΙ να επιτύχουμε σε τούτο! Η ψυχή μας θα ανακουφισθεί αν επιτύχουμε τούτο. Αν θελήσουμε να προχωρήσουμε έτσι είναι πιθανόν να αναστείλουμε την όποια ασθένειά μας! ΑΠΟ ΤΗΔΙΚΗ ΜΑΣ ΘΕΛΗΣΗ ΕΞΑΡΤΑΤΑΙ! Η θέληση μας απελευθερώνεται από την επιρροή του εσωτερικού μας δολιοφθορέα και ενδυναμώνεται με την χρήση των συνειδησιακών εργαλείων και των ψυχικών γομολάστιχων που αναφέρονται σε αυτό το βιβλίο!

Τα ψυχικά – σωματικά μας προβλήματα προέρχονται κατά 80% από την ψυχή μας και κατά 20% από την προσωπικότητά μας – από τον χαρακτήρα μας. Το μικρό γήινο «εγώ» μας. Σε όλα αυτά σχέση έχει το κάρμα. ΤΟ ΚΑΡΜΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ ΔΙΚΑΙΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΕΛΕΟΣ! Οι πράξεις μας φέρουν την ευθύνη της πρόθεσής μας! Η ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑ = Ο ΧΑΡΑΚΤΗΡΑΣ = ΤΟ ΚΑΡΜΑ του ανθρώπου. Το κάρμα κυβερνά όλες τις καταστάσεις της ύπαρξης! Ο χαρακτήρας δηλαδή το κάρμα είναι ενεργειακή ανισορροπία. Αυτή μπορεί να εξισορροπηθεί – ακυρωθεί – απαλειφθεί με ψυχανάλυση / ψυχοθεραπεία. Επίσης με διαδικασία

συν-χώρεσης. Το κάρμα είναι μεγάλη υπόθεση, αλλά η ΘΕΛΗΣΗ είναι μεγαλύτερη! Ζήσε και κάνε αυτό που ΘΕΛΕΙΣ! Στα πλαίσια αυτά ό,τι έδωσες θα πάρεις! Ο Χριστός μας είπε κατά τη διάρκεια ανώτερης επικοινωνίας μαζί Του ότι «είναι ο Βασιλιάς του κάρμα».

Μέρος της όποιας θεραπευτικής διαδικασίας είναι η ακύρωση του φόβου, άρα και της ενοχής. Η ευθύνη χωρίς ενοχή = η Αγνότης! Όμως, η ενοχή είναι πάντα εκδήλωση καρμικής ενέργειας! Η ενοχή πάντα ΖΗΤΑ την καθαρτήρια τιμωρία. Γι' αυτό όσοι είναι ενοχικοί, ΔΕΝ ΑΓΑΠΟΥΝ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΤΟΥΣ. Οι πληγές της προσωπικότητας και της ψυχής είναι οι ΕΝΟΧΕΣ = οι τύψεις, η αυτοκατάκριση, η αυτοακύρωση, η αυτοαμφισβήτηση, η αυτουποτίμηση, η αυτοπεριφρόνηση, η αυτοαπαξίωση και η αυτοκαταστροφή! Όλα αυτά μέσω ανάγκης τιμωρίας! Η ενοχή δεν είναι ποτέ καλός σύμβουλος. Γενικά, ο ένοχος ενέχεται = εμπλέκεται! Η ενοχή απαιτεί την καθαρτήρια – αποτοξινωτική ΤΙΜΩΡΙΑ για να εξιλεωθεί. Η τιμωρία είναι απειλή εκμηδένισης του εγώ!

Slogan: τα πάθη των ανθρώπων δεν είναι για να κρίνονται, αλλά για να βιώνονται!

ΣΧΗΜΑΤΙΚΑ: ματαίωση επιθυμίας-ανάγκης -> επιθετικότητα -> καταστροφικότητα -> ενοχή -> εξιλέωση.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: δεν υπάρχει κοινωνία χωρίς τιμωρία!

ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΑ: Η ενοχή διαταράσσει (σταματάει) τη ροή της ενέργειας και καταστρέφει την ισορροπία αυτής. Με την διαδικασία της συγχώρεσης – αλληλοπεριχώρησης προκαλείται εξιλέωση και αποκατάσταση της κλονισμένης ενεργειακής ισορροπίας! Το ίδιο ισχύει και τον νόμο της αποδοχής. Για την διαδικασία της συγχώρεσης – αλληλοπεριχώρησης θα σας μιλήσω παρακάτω. Ομοίως ισχύει και για τον νόμο της αποδοχής!

Slogan: Ευθύνη χωρίς ενοχή = Η ΑΓΝΟΤΗΣ!

Το υπαρξιακό συνεχές – ο Νους είναι ένα λευκό χαρτί πάνω στο οποίο καταγράφεται το ιστορικό κάθε μίας από τις ζωές μας (δείτε σχετική εικόνα του υπαρξιακού συνεχούς). Η δύναμη που πραγματοποιεί αυτή την καταγραφή ονομάζεται κρυμμένος καταγραφέας = δύναμη ΕΠΙΓΝΩΣΗΣ! Η δύναμη επίγνωσης επιτρέπει στο σώμα να είναι ζωντανό και λειτουργικό! Επίσης επιτρέπει τη βίωση της χαράς της αυτοεκπλήρωσης, δηλαδή να αισθάνεσαι γεμάτος/η!



Εικόνα υπαρξιακού συνεχούς

Επίσης επιτρέπει την βίωση της χαράς της αυτοεκπλήρωσης, δηλαδή να

αισθάνεσαι γεμάτος/η!

Ως γνωστόν, η συμβατική ψυχοθεραπεία δεν ασχολείται με τα «μεταφυσικά» θέματα! Είμαστε μεταφυσικά όπλα! Τέλος, το ξεκουβάρισμα των ενεργειών πάμπολλες φορές απαιτεί Ανώτερη Πνευματική επικοινωνία ή αλλιώς διαυλισμό ή αλλιώς channeling! Το channeling = διαυλισμός είναι ο τρόπος της Φώτισης-Κατανόησης-Διεύρυνσης της αντίληψης! Η ενέργεια που ξεκουβαριάζεται είναι Συνείδηση! Εν κατακλείδι, η εσωτερική δύναμη που αποκτάται με την εσωτερική ψυχοθεραπεία και με τις Αλήθειες της είναι πολύ μεγαλύτερη και σταθερότερη! Αυτό συμβαίνει και διότι το Πνεύμα μπορεί να μας πληροφορεί για πράγματα που μας συμβαίνουν ψυχικά και δεν μπορούμε να τα μάθουμε από άλλη πηγή! Π.χ. ψυχοτραύματα από τις προηγούμενες ενσαρκώσεις μας. Οπότε το παρελθόν ορίζει το παρόν μας.

Τα ατυχήματα και τα νοσήματα προκύπτουν μόνο όταν υπάρχουν οι κατάλληλες συνθήκες στη συνειδητότητα. Η συνειδητότητα μπορεί να οριστεί ως «εμπειρία του Είμαι» ή «εμπειρία του Εγώ Είμι» και είναι μια ΜΟΡΦΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ. Είναι η λεγόμενη «ζωτική ενέργεια». Η συνειδητότητα δεν εδράζεται μόνο στον εγκέφαλο, αλλά περιλαμβάνει όλο το σώμα - σήμα.

Όταν το άτομο θέτει εμπόδια στην κυκλοφορία της ενέργειας μέσω συγκεκριμένων αποφάσεων ή αντιδράσεων του και αν αυτά τα εμπόδια δεν παρακάμπτονται, τότε εμφανίζονται συμπτώματα και σημεία στο φυσικό σώμα-σήμα. Όταν οι μπλοκαρισμένες ισορροπίες του ενεργειακού πεδίου αποκαθίστανται, τότε το σύμπτωμα ή το σημείο υποχωρεί. Όταν το πρόβλημα λυθεί στη συνειδητότητα, το σύμπτωμα ή το σημείο παύει να έχει λόγο ύπαρξης. Το έξω αντικαθρεπτίζει το μέσα!

Όλες οι παθήσεις και οι κακώσεις είναι συνέπειες μπλοκαρισμένης ενέργειας συνειδητότητας. Από την άποψη της μεταφυσικής επιστήμης, το τελικό αποτέλεσμα ταυτίζεται με την αρχική πρόθεση. Η εμπειρία προκύπτει για να φθάσουμε στο τελικό αποτέλεσμα. Εμείς οι ίδιοι δημιουργούμε την πραγματικότητά μας! Εμείς αποφασίζουμε πώς θα ζήσουμε! (Επιλέγουμε). Το έξω αντικαθρεπτίζει το μέσα!

Στα πλαίσια αυτά, οι άλλοι είναι αντανάκλασεις - αντικαθρεπτίσματα του εαυτού μας. Άρα, οι προβολές μας αυτές μπορούν να μας βοηθούν για να εξερευνούμε τις πιο μύχιες όψεις της συνειδητότητάς μας! Τόσο τις αρνητικές όσο και τις θετικές. Το έξω αντικαθρεπτίζει το μέσα!

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** κάθε γεγονός του φυσικού κόσμου, των ατυχημάτων συμπεριλαμβανομένων, εκδηλώνεται ανάλογα με τη συνειδητότητα που εμπλέκεται σε αυτό! Γενικότερα, ο φυσικός κόσμος γύρω μας αντανάκλα - αντικαθρεπτίζει τη συνειδητότητά μας, ατομικά και συλλογικά.

**ΓΕΝΙΚΑ: ΤΟ ΕΞΩ ΑΝΤΙΚΑΘΡΕΠΤΙΖΕΙ ΤΟ ΜΕΣΑ!**

Οι άνθρωποι γύρω μας εκφράζουν - εκδηλώνουν όψεις του δικού μας εαυτού - Εαυτού! Προσελκύουμε εμπειρίες που αντανάκλουν τις επιθυμίες, τους φόβους και τις πεποιθήσεις μας! Γι' αυτό τείνουμε να παθαίνουμε αυτό που φοβόμαστε! Οι βαθύτερες Αλήθειες μας είναι αυτές που τελικά καθορίζουν τη ζωή μας!

Όπως σας προείπα, όσα διαβάσετε είναι το απόσταγμα της ιατρικής μου πείρας 4 και πλέον δεκαετιών! Είναι απόσταγμα εμπειρίας και τεχνογνωσίας! Η θεραπεία = υπηρεσία = η συμπόνια και το έλεος στην πράξη προέρχονται εξωτερικά από τον γιατρό, η ίαση όμως έρχεται εσωτερικά από την ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Β μέσα μας, η οποία περιέχει και τον αυτοθεραπευτικό μας μηχανισμό! Έτσι, δρα η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΗ, όπου η στιγμή της



αυτογνωσίας είναι η στιγμή της λύτρωσης στο τώρα, στο ΠΑΡΟΝ! Η αυτοκατάφαση προϋποθέτει αυτογνωσία!

Η αρρώστια είναι αποτέλεσμα κακού σκέπτεσθαι (συνειδητής ή υποσυνειδητής επιλογής) λόγω ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας Α μέσα μας! Όταν στερεύει η Αγάπη, όταν στερεύει η libido, τότε έρχεται η αρρώστια – ασθένεια. Ανοίγεστε στον κόσμο, μην κλείνεστε στον εαυτό σας = ναρκισσιζμός = εντροπία = κατάρρευση! Δεν μπορείς να ζεις μόνο για τον εαυτό σου. Αγάπη και ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί. Η ιατρική επιστήμη και τέχνη είναι εφαρμοσμένος ανθρωπισμός! Στο πλαίσιο αυτό, η ψυχιατρική είναι η πεμπτουσία της Ιατρικής! Το πρωταρχικό δίδαγμα αυτής είναι: ΝΑ ΣΥΜΠΟΝΑΣ ΑΛΛΑ ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΣΥΜΠΑΣΧΕΙΣ ΨΥΧΙΚΑ!

Αναλυτικότερα δείτε στο σχετικό βιβλίο της Louise Hay με τίτλο ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΤΕ ΤΗ ΖΩΗ ΣΑΣ. Στο βιβλίο αυτό θα βρείτε την ψυχική αιτία κάθε αρρώστιας. Χωρίς ψυχική αιτία αρρώστια δεν γίνεται! Μάθετε να θεωρείτε τις ασθένειες ως πορεία ψυχής! Η ζωή είναι τρόπος ανάπτυξης! ΨΥΧΙΚΗΣ – ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ! Κατά την διάρκεια αυτής της πνευματικής περιπέτειας ανακαλύπτουμε ποιοι είμαστε αληθινά! Η γνώση των προηγούμενων ενσαρκώσεων – ζών μας, μας βοηθάει να επιλύσουμε προβλήματα της σημερινής ενσάρκωσης – ζωής μας!

Παρεμπιπτόντως, οι συχνότερες αιτίες των νόσων στους ανθρώπους είναι οι εξής: η μνησικακία (αιτία του Ca του μαστού και όχι μόνο), η κριτική – αυτοεπίκριση (τα πάθη των ανθρώπων δεν είναι για να κρίνονται, αλλά για να βιώνονται), ο θυμός, η ενοχή (το πιο άχρηστο δηλητηριώδες συναίσθημα) η οποία περιλαμβάνει και τον φόβο της τιμωρίας - που επιζητά την τιμωρία - στη μεταθανάτια ζωή (φυσικά, κάτι τέτοιο δεν ισχύει!) και η έλλειψη ή η απώλεια του νοήματος στη ζωή! Το ιδανικό είναι να δείχνουμε ευθύνη χωρίς ενοχή = Αγνότης! Όπου «νόημα» είναι το ρεαλιστικό, εμπειρικό αντίκρισμα στη ζωή μας, η σύνδεση της αιτίας και του σκοπού – αποτελέσματος της, όπου τίποτα δεν συγκρίνεται με την εμπειρία. Το ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ στο πεδίο της ύπαρξης, η υπαρξιακή πραγματικότητα ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΝΟΗΜΑ. Νόημα = αξία = ποιότητα = ουσία = ενεργητικός τρόπος μετοχής στο είναι! Είμαστε οι δημιουργοί του νοήματος της ζωής μας! Να δίνουμε στα βιώματά μας ένα νόημα, να τα εννοούμε! Αν δεν τα εντάσσουμε σε προοπτική, θα κερδίζει ο φόβος. Αν τα εντάσσουμε σε προοπτική θα κερδίζουμε εμείς! Όλα πρέπει να εντάσσονται σε μία προοπτική, να ξέρουμε τι νόημα έχουν για τη ζωή μας, έστω και ατελές. Το σύστημα αξιών του είναι η πυξίδα του ανθρώπου! όπου, αξία=ουσία=ενεργητικός τρόπος μετοχής στο ΕΙΝΑΙ. Αναλυτικότερα για το ΝΟΗΜΑ: Η συνείδηση νοηματοδοτεί τον κόσμο! Στο πλάσιο αυτό σας ποτείνω το εξής νόημα ζωής: ζούμε για να νικάμε τον πόνο- φόβο και για να ρίχνουμε ΦΩΣ στα σκοτάδια!

Περαν αυτού θέλω να σας τονίσω την ευεργετική σημασία (αξία) της ΒΟΥΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΝΟΗΜΑ. Ο διαπρεπής ψυχίατρος Βικτωρ Φρανκλ, Εβραίος στην καταγωγή, αναλύοντας την εμπειρία από τα ναζιστικά στρατόπεδα συγκεντρώσεως όπου υπήρξε έγκλειστος απέδωσε τις διαφορετικές ικανότητες επιβίωσης των κρατουμένων εις αυτά, στη ΒΟΥΛΗΣΗ ΓΙΑ ΝΟΗΜΑ! Όσοι έβρισκαν προσωπικό νόημα ακόμα και στις πιο αντίξοες συνθήκες ήταν πιθανότερο να επιζήσουν!

Επίσης έχει διαπιστωθεί ότι όσοι έχουν βρει προσωπικό ΝΟΗΜΑ στη ζωή τους ζουν περισσότερο χρόνια και καλύτερα ποιοτικά! Για να σας δευκολύνω στην αναζήτηση ΝΟΗΜΑΤΟΣ στη ζωή σας, σας παραθέτω καιρια ερωτήματα ΝΟΗΜΑΤΟΔΟΤΗΣΗΣ ΤΟΥ ΒΙΟΥ ως εξής: ο έρωτας, η Αγάπη, ο θάνατος, η μεταθάνατον ζωή, η αρρώστια, το ήθος, η στάση ζωής που επιλέγει ο καθένας, η σχέση με το κοινωνικό σύστημα, το κράτος και την εξουσία! Συνοπτικά: η απουσία νοήματος και οι συνέπειες της είναι η μεγαλύτερη πηγή ψυχικής ασθένειας. Τούτα διότι ο άνθρωπος φυσιολογικά έχει απελπιστική ανάγκη να δίνει ένα νόημα στα πράγματα της ζωής του! Ο εγκέφαλος μας είναι κατασκευασμένος να αναζητεί ΝΟΗΜΑ! Καλλιεργείτε – αναπτύστετε την δύναμη σας να ανακαλύπτετε μέσα στην τετριμμένη και μίζερη καθημερινότητα η οποία σας περιβάλλει ΕΝΑ ΠΕΙΣΤΙΚΟ ΝΟΗΜΑ: όσο και όποιο ΝΟΗΜΑ υπάρχει στη ζωή μας, στην κοινωνία και στον κόσμο, είναι όσο και όποιο νόημα είναι σε θέση να πραγματώνουν οι άνθρωποι σ' αυτόν! Τι θα κάνουμε το κακό μέσα μας και έξω μας εξαρτάται από εμάς, τους ανθρώπους!

Slogan: ΤΟ ΝΟΗΜΑ είναι που θεραπεύει! Δηλαδή η ανακάλυψη του νοήματος. Υπάρχει τρομακτικό έλλειμα νοήματος των σχέσεων κοινωνίας!

Ο πολιτισμός = ο τρόπος της ζωής μας = η γλώσσα, οι παραδόσεις, η τέχνη, το ΝΟΗΜΑ ΤΗΣ ΥΠΑΡΞΗΣ και του βίου που γεννάει τη συνοχή της συνύπαρξης σε ενιαίο κράτος. ΤΟ ΝΟΗΜΑ είναι ο οδηγός της διάκρισης, όπου η διάκριση διακρίνει πρωτίστως το ασήμαντο από το σημαντικό. Όπου το σημαντικό ιεραρχείται σε μία κλίμακα επιλογών. Όπου η ιεράρχηση ως κριτήριο και ως κανόνας ζωής μπορεί να οδηγεί τις συμπεριφορές μας! Μεταξύ άλλων, η ενηλικίωση σημαίνει ότι έχεις μάθει να ορίζεις τις προτεραιότητές σου, αντιλαμβανόμενος ορθά και αποδεχόμενος την πραγματικότητα!

Slogan: η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας, δηλαδή οι σκέψεις μας και τα συναισθήματά μας επηρεάζουν πρώτα απ' όλα τα κύτταρά μας!

Είμαστε οι Δημιουργοί του νοήματος μας! Το σύστημα αξιών του είναι η πυξίδα του ανθρώπου. Οι αξίες μας, μας κάνουν αυτό που είμαστε. Οι άνθρωποι οφείλουν να γνωρίζουν σε ποιες αξίες ριζώνουν η ισχύς, ο πλούτος και η δόξα τους! Χρειάζεται αναζήτηση αξιών, οι οποίες θα στηρίζουν το κοινωνικό οικοδόμημα, όπως μία ζωή με ανώτερες ηθικές αξίες! Αξίες και αρετές όπως: ευθύνη, αλληλεγγύη, συνεργασία, ορθολογισμός, συλλογικότητα, συντονισμός, αξιοποίηση και εφαρμογή της επιστημονικής γνώσης, υπεύθυνη και ικανή ηγεσία, σε όλα τα επίπεδα κ.α.

Slogan: να ξοδεύεις τον εαυτό σου για έναν άξιο σκοπό!

Να ζείτε πάντα με βάση έναν προϋπολογισμό που έχετε εκπονήσει. Σε κάθε κατάσταση που αντιμετωπίζετε, η στάση σας να είναι η εξής: αυτό είναι, ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΘΕΙΤΕ ΤΟ με συνειδητή, Λογική διαχείριση, σύμφωνα με τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής σας και της υγείας σας!

Πρώτο έργο του καθενός είναι ΝΑ ΜΑΘΕΙ ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ! Βελτιώνοντας την αυτογνωσία μας και αλλάζοντας τον τρόπο σκέψης μας (επιλογών) προς το καλύτερο, αλλάζει και η ζωή μας προς το καλύτερο! Αλλάζει και η κατάσταση του πνεύματός μας και της ύπαρξής μας προς το καλύτερο! Πνεύμα του ανθρώπου είναι το συναισθημά του και η λογική που αυτό γεννάει! Έτσι προκύπτει και η νέα καλύτερη Γη. Καλλιεργείτε μέσα σας την ευγενή φιλοδοξία της αυτό-βελτίωσης! Όταν οι άνθρωποι δεν περιμένουν τίποτα, τότε τίποτα δεν θα έρθει. Όταν οι άνθρωποι προσδοκούν, ΟΛΑ ΕΙΝΑΙ ΑΝΟΙΚΤΑ, διότι

ενεργοποιείται το δυναμικό τους! Δεν πρέπει να παραιτούμαστε ποτέ, ούτε να μεμφιμοιρούμε για ό,τι μας συμβαίνει! Ηζωή είναι δρόμος ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ. Σ' αυτό δοκιμάζω να συμβάλω με το παρόν βιβλίο και με τα γραπτά μου γενικότερα!

Εάν θέλετε να σας χαμογελάει η ζωή, πρώτα χαρίστε της την καλή σας διάθεση (κατάσταση φωτογραφίας Β). Η ευτυχία πηγάζει εκ των έσω. Να θυμάστε ότι: το έξω αντικαθρεπτίζει το μέσα! Σε εκείνον που γελά, πάνε τα πράγματα καλά! Ενεργοποιείτε την εσωτερική σας φλόγα. Το Φως ενυπάρχει μέσα σας! η Συνειδητότητα είναι ΦΩΣ. Εσείς είστε η ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ. Να είστε συνειδητοί σε ότι κάνετε: είναι η συνείδησή που κάνει τη διαφορά. Μπορείτε να δοκιμάσετε να αγωνίζεσθε με παιγνιώδη διάθεση και ταυτόχρονα με όλη σας την σοβαρότητα! Το γέλιο λυτρώνει από τον φόβο (του θανάτου)! Το γέλιο λειτουργεί ως φονιάς του φόβου (του θανάτου)! Επίσης να σκέπτεστε ότι πάντα υπάρχουν και τα χειρότερα. Σε δύσκολες καταστάσεις να ανατρέχετε σε ευτυχισμένες παιδικές αναμνήσεις για να ξαναβρίσκετε το νήμα της σωστής συνέχειας. Επίσης, αν δεν έχεις έναν λόγο να γελάς κάθε μέρα, τότε βρες έναν!

Η αρρώστια δεν πρέπει να θεωρείται ως κατάρρα, αλλά ως ευκαιρία για Πνευματική αυτοεξέλιξη, αυτός είναι ο καρπός της ασθένειας. Η Δύναμις τελειούται εν ασθενεία. Τις πικρίες να τις διαβαίνετε αγέρωχοι. Οι δυσκολίες είναι συγκαλυμμένες ευλογίες! Μάθετε να τις θεωρείτε έτσι! Πιο συγκεκριμένα, δοκιμάστε να δείτε κάθε ασθένεια, κάθε δυσκολία ως τρόπο προσαρμογής της ενέργειάς σας στα νέα δεδομένα. Μέσω των αλλαγών, μαθαίνουμε και μέσω των μαθημάτων αναπτυσσόμαστε = αναβαθμιζόμαστε λειτουργικά = διευρύνουμε την αντίληψή μας! Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας, δηλαδή Ο,ΤΙ ΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΣΤΕ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΟΛΑ ΤΑ ΚΥΤΤΑΡΑ ΜΑΣ! Κατά τη διάρκεια αυτής της πνευματικής περιπέτειας ανακαλύπτουμε ποιοι είμαστε αληθινά! Η αποστολή μας είναι να υπερνικούμε τα δεσμά της ύλης και να είμαστε ελεύθεροι.

Όλα γίνονται μέσα από τη διαδικασία «παθαίνω – μαθαίνω, για να μην ξαναπάθω». Αυτή η διαδικασία ονομάζεται ΓΝΩΣΙΜΑΘΕΙΑ στα Ελληνικά, learning experience στα Αγγλικά. Είμαστε ο βασιλιάς της προσωπικότητάς μας, ο νους αυτοκράτωρ, η οδηγός μας Συνείδηση. Αυτή κάνει πράξη το αυτεξούσιο του ανθρώπου. Η νόηση ως διευθυντήριο όργανο, κατ' αυτήν η αντίληψη ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΠΑΝΤΑ! Οι αντιλήψεις μας δημιουργούν την πραγματικότητά μας. Οι αντιλήψεις μας = ο τρόπος με τον οποίο σκεπτόμαστε και επιλέγουμε να ερμηνεύουμε τα γεγονότα. Έχουν πάντα τη δυνατότητα να επιλέγουμε. Μέσω των αλλαγών μαθαίνουμε και μέσω των μαθημάτων αναπτυσσόμαστε, δηλαδή διευρύνουμε την αντίληψή μας. Κανένας δεν ξέρει ποιος πραγματικά είναι, παρά μόνο αν βρεθεί σε ακραίες συνθήκες επιβίωσης. Η ΓΝΩΣΗ ποτέ δεν κερδίζεται ολοκληρωτικά! Όμως εσύ είσαι η ΓΝΩΣΗ! Η διαδικασία είναι εμπειρία -> γνώση -> συνείδηση -> φώτιση -> ΘΕΩΣΗ!

Υπάρχουν πολύ μεγάλες δυνατότητες αυτοδιόρθωσης στα ανθρώπινα, ιδίως με τη βοήθεια του Πνεύματος! Μέσα σε αυτό που φαίνεται ως πεπρωμένο μας υπάρχει μεγάλο περιθώριο ελευθερίας επιλογής και βούλησης! Η αληθινή μας κληρονομιά είναι να γινόμαστε οι Δημιουργοί του δικού μας πεπρωμένου, σε συνδημιουργία με το Πνεύμα, δηλαδή με τον Θεό μέσα μας και γύρω μας καθώς

και με τους συνανθρώπους μας! Θεοί εστέ εν εμοί τω Θεώ!. Ο άνθρωπος είναι πεδίον οντοφανείας και θεοφανείας! Απαιτείται διαρκής επινόησης του εαυτού με ανασυγκρότηση χαρακτήρα (προσωπικότητας) όπως βοηθάει να γίνεται κατά την ψυχοθεραπεία, συμβατική ή εσωτερική! Έτσι αυξάνεται και η ικανότητα να ξεπερνάμε τις καταστάσεις, δηλαδή αλλάζουμε προς το καλύτερο τη διαχείριση του ενεργειακού μας πεδίου!

Με την ψυχοθεραπεία βοηθάμε να αλλάξουν οι άνθρωποι τη ζωή τους προς το καλύτερο! Αλλάζουν οι άνθρωποι που είναι έτοιμοι και πρόθυμοι να κάνουν βελτιωτικές αλλαγές στη ζωή τους! Δεν μπορείς να θεραπεύσεις κάποιον, αν δεν το θελήσει ο ίδιος του ο εαυτός! Η ψυχική στάση που κρατάς κατά την θεραπεία σωματικής νόσου έχει μεγάλη σημασία. Αν η στάση είναι κατάστασης φωτογραφίας Α, τότε είναι κακή – δυσμενής για εσένα. Αν η στάση είναι κατάστασης φωτογραφίας Β τότε είναι καλή – ευμενής για εσένα. Επίσης είναι πολύ σημαντικό να θέλεις την ψυχοθεραπεία πραγματικά, επειδή εσύ θα κάνεις την περισσότερη εργασία. Η βάση της θεραπευτικής μου μεθόδου είναι η αφύπνιση και ενεργοποίηση της εσωτερικής – θειικής δύναμης του οργανισμού δηλαδή της κατάστασης φωτογραφίας Β μέσα του!

Με την ψυχοθεραπεία όλοι μπορούν να μάθουν πράγματα για τον εαυτό τους και για το πως σχετίζονται με τους άλλους ανθρώπους, μέσω της ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ! Η συμβατική ψυχοθεραπεία είναι τα κατώτερα μαθηματικά, κατ' αναλογία! Η εσωτερική ψυχοθεραπεία με τη βοήθεια του Πνεύματος είναι τα ανώτερα μαθηματικά, αναλογικά! Με τις ανώτερες, πνευματικές επικοινωνίες γίνεται Αποκάλυψη = ξεσκεπάσμα Αληθειών! Αληθειών που σχεδιάζονται και με όσα απωθημένα μένουν στο ασυνείδητο και δεν εκφράζονται επαρκώς δια του λόγου, οπότε εκφράζονται δια της ψυχοσωματικής συμπτωματολογίας και σημειολογίας συμβολικά! Όταν το ψεύτικο αποκαλυφθεί και εκφρασθεί λεκτικά, τότε αποκαλύπτεται το αληθινό που υποκρύπτεται! Το ίδιο ισχύει και με την χρήση – λειτουργία των ψυχικών γομολάστιχων! Σας θυμίζω ότι η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας!

Συμπληρωματικά σας λέγω, ότι το ιδανικό είναι να προχωρήσετε πέρα από το θεραπευτικό μου σύστημα που σας παρουσιάζω εδώ, δηλαδή να κάνετε και περαιτέρω εσωτερική εργασία με τον εαυτό-Εαυτό σας, αξιοποιώντας τη βοήθεια που θα προκύψει:

- α)** είτε με συμμετοχή σε ομάδες υγιούς εσωτερισμού
- β)** είτε με συμμετοχή σε συμβατικά ψυχοθεραπευτικά συστήματα
- γ)** είτε και με συμμετοχή και στις δύο
- δ)** είτε με μαθητεία σε εσωτεριστή ψυχοθεραπευτή
- ε)** είτε με συμμετοχή σε συνδυαστικές θεραπείες

Γενικότερα, δεν πρέπει να αποκλείουμε κάποιον τρόπο ψυχικής θεραπείας διότι δεν γνωρίζουμε το ΣΧΕΔΙΟ της Ψυχής μας και από ποιους δρόμους είναι να περάσουμε για να βρούμε τη Φώτιση = κατανόηση = διεύρυνση της αντίληψης που οδηγεί στη θέωση! Η αντίληψη είναι τα πάντα, όπου αντίληψη = κατανόηση & επίγνωση! Καλό είναι να ακολουθούμε τη ροή της Ψυχής μας και τις κατάλληλες συγχρονικότητες! Το Φως, η Γνώση έρχεται από παντού, ακόμα και μέσα από έναν απλό άνθρωπο, που ως εκπρόσωπος του Πνεύματος, μπορεί

να μας καθοδηγήσει κατάλληλα σε κάποιο θέμα! Ζητάτε βοήθεια από το Πνεύμα και εκείνο θα σας οδηγήσει με τον κατάλληλο τρόπο! Μείνετε ανοιχτοί στη Σοφία της Θεϊκής Καθοδήγησης! Οπότε το τραυματικό παρελθόν θα πάψει να ορίζει το παρόν σας!

Λοιπόν, η συμβατική ψυχοθεραπεία είναι αναλογικά τα κατώτερα μαθηματικά! Η εσωτερική ψυχοθεραπεία είναι αναλογικά τα ανώτερα μαθηματικά, διότι επιλύει και καρμικής αιτιολογίας προβλήματα από προηγούμενες ενσαρκώσεις, και επιπλέον, διασαφηνίζει το ΣΧΕΔΙΟ ΖΩΗΣ του ανθρώπου (ατόμου - προσώπου)! Το ΜΕΓΑΛΟ ΣΧΕΔΙΟ δεν λειτουργεί καταναγκαστικά. Το ζητούμενο είναι να συλλάβει το ΣΧΕΔΙΟ ο άνθρωπος και να το υλοποιήσει ως αποτέλεσμα της δικής του ΑΛΗΘΕΙΑΣ, εθελοντικά! Μέρος της όποιας θεραπευτικής διαδικασίας είναι η ακύρωση του παράλογου, παθολογικού φόβου, άρα και της ενοχής. Η ενοχή είναι πάντα εκδήλωση καρμικής ενέργειας! Η ενοχή είναι το πιο άχρηστο δηλητηριώδες συναίσθημα που ζητά πάντα την αυτοτιμωρία. Οι ενοχές = τύψεις = αυτοεπίκριση - αυτοακύρωση - αυτοαμφισβήτηση - αυτουποτίμηση - απώλεια αυτοαξίας - αυτοπεριφρόνηση - αυτοκαταστροφή! Όλα αυτά στα πλαίσια ανάγκης αυτοτιμωρίας! Όπου τιμωρία = η απειλή εκμηδένισης του εγώ! Το ιδανικό είναι να δείχνουμε ΕΥΘΥΝΗ ΧΩΡΙΣ ΕΝΟΧΗ = αγνότης! Επίσης, σχολιασμός - επίκριση άλλου = σύγκρουση ενεργειών = βλάβη! Εμείς επιτρέπουμε στον εαυτό μας να κάνει το ένα ή το άλλο! Υλοποίηση του γήινου ή του θεικού ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ, αυτή είναι η πραγματικότητα που φτιάχνουμε εμείς οι ίδιοι! Το θείον ΘΕΛΗΜΑ είναι η ΑΓΑΠΗ! Το κάρμα είναι ταυτόχρονα Δικαιοσύνη και Έλεος. Οι πράξεις μας φέρουν την ευθύνη της πρόθεσής μας. Να απαλλαγούμε από τον τιμωρητικά ενοχικό τρόπο σκέψης. Η ευθύνη χωρίς ενοχή = η Αγνότης! Ως γνωστόν, η συμβατική ψυχοθεραπεία δεν ασχολείται με τα θέματα αυτά, δηλαδή τα καρμικά θέματα!

Τέλος, το ξεκουβάρισμα των ενεργειών πάμπολλες φορές απαιτεί Ανώτερη Πνευματική επικοινωνία, δηλαδή channeling = διαυλισμός = ο τρόπος της Φώτισης- Κατανόησης - Επίγνωσης - Διεύρυνσης! Η ενέργεια που ξεκουβαριάζεται είναι Συνείδηση!

Εν κατακλείδι, η εσωτερική δύναμη που αποκτάται με την εσωτερική ψυχοθεραπεία και με τις Αλήθειες της είναι πολύ μεγαλύτερη και σταθερότερη! Η ψυχή μας μιλάει κατά το channeling και μας παρουσιάζει η ίδια τις ανάγκες και τα σχέδιά της! Ομοίως, κατά την εσωτερική ψυχοθεραπεία έρχονται πληροφορίες από αναδρομές σε προηγούμενες ζωές ούτως ώστε να προκύπτει πλήρης κατανόηση των προβλημάτων και της λύσης τους (Λύτρωση και νόημα ζωής και των συμβαινόντων). Ανάμεσα στις ψυχές μας υπάρχουν πολλές συνδέσεις από προηγούμενες ζωές, στις οποίες και βιώσαμε ποικίλες εμπειρίες μεταξύ μας, θετικές ή αρνητικές! Σχετικά με αυτό, σας πληροφορώ ότι Η ΕΝΟΧΗ ΕΙΝΑΙ ΠΑΝΤΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗ ΚΑΡΜΙΚΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ! Η ενοχή περιλαμβάνει και τον φόβο της τιμωρίας στη μεταθανάτια ζωή! Όμως, η τιμωρία αυτή δεν υπάρχει στ' αλήθεια! Μόνο οι καρμικές συνέπειες των πράξεων και των σκέψεων μας ισχύουν στη ζωή μας!

Το υπαρξιακό συνεχές - ο Νους είναι ένα λευκό χαρτί πάνω στο οποίο καταγράφεται το ιστορικό καθεμιάς από τις ζωές μας (ενσαρκώσεις μας)! Δείτε προηγουμένως την σχετική εικόνα του υπαρξιακού συνεχούς. Η δύναμη που

πραγματοποιεί αυτή την καταγραφή ονομάζεται κρυμμένος καταγραφέας = δύναμη ΕΠΙΓΝΩΣΗΣ! Η δύναμη επίγνωσης επιτρέπει στο σώμα (σήμα) να είναι ζωντανό και λειτουργικό! Τέλος, το Πνεύμα μπορεί να μας πληροφορεί για πράγματα που μας συμβαίνουν ψυχικά και δεν μπορούμε να πληροφορηθούμε από άλλη πηγή!

Σκοπός όλων αυτών είναι Η ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ! Η αυτοκατάφαση προϋποθέτει αυτογνωσία. Η ΓΝΩΣΗ όχι μόνο ως κατανόηση, αλλά και ως κοινωνούμενη μετοχή (βιωμένη εμπειρία). Η ΓΝΩΣΗ ως άθλημα! Η ζωή είναι δρόμος αυτογνωσίας: προς τούτο δοκιμάζω να συμβάλω με το παρόν βιβλίο και με τα γραπτά μου γενικότερα!

Πρώτο έργο του καθενός είναι να μάθει ποιος είναι! Γενικότερα, πρόκειται για μαθητεία. Κάθε μαθητεία χρειάζεται αυτοσυγκέντρωση και εξάσκηση! Είναι σαν να μαθαίνεται μία ξένη γλώσσα ή η οδήγηση αυτοκινήτου! Η επιβίωση και η διαβίωση είναι τρόπος ανάπτυξης, ΨΥΧΙΚΗΣ - ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ! Τέλος, εσωτερική εργασία σημαίνει εργασία στο πεδίο της Συνείδησης! Η εσωτερική ψυχοθεραπεία μας αποκαλύπτει ότι ο βασικός σκοπός των μετενσαρκώσεών μας είναι η βελτίωση του εαυτού – Εαυτού, της ψυχής, όπως και η ανάπτυξη της ελευθερίας της θέλησής μας! Πάρτε λοιπόν πάνω σας το βάρος του εαυτού – Εαυτού σας, της ψυχής σας! Είμασθε Θεός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Συμπληρωματικά σας προσθέτω τα εξής: το σκοτεινό παρόν (κατάστασης φωτ/φίας Α) εξηγείται από το δύσκολο (ψυχοτραυματικό) παρελθόν! Αντίξοες παιδικές εμπειρίες: όσο πιο πολλές ισχύουν από την αρχή της ζωής ενός παιδιού, τόσο μεγαλύτερο stress βιώνει η ψυχοδιανοητική του κατάσταση! Έτσι, προκαλείται το ψυχικό τραύμα. Το τραύμα αυτό προέρχεται από ένα στρεσογόνο γεγονός που υπερνικάει τους μηχανισμούς αντίδρασης του παιδιού (υποκείμενου). Έτσι τα ψυχοτραύματα μένουν στο υποσυνείδητο και δεν εκφράζονται επαρκώς δια του λόγου, οπότε εκφράζονται συμβολικά δια της ψυχοσωματικής συμπτωματολογίας και σημειολογίας! Όλα αυτά είναι παράγωγα παθολογικού φόβου. Στον φυσιολογικό φόβο φοβάσαι γιατί δεν θέλεις να πεθάνεις. Είναι μέρος του φυσιολογικού μηχανισμού αυτοσυντήρησης! Αν το παρόν δεν αλλάξει θεραπευτικά, τότε προδιαγράφει ανάλογα το μέλλον! Η εκκίνηση είναι πάντα στο παρόν, διότι αυτό μόνο έχουμε πραγματικά στο εδώ και τώρα! Ο άνθρωπος χρειάζεται να πετύχει για τον εαυτό του και τη ζωή του μία ενιαία αφήγηση παρελθόντος και παρόντος, ούτως ώστε να προδιαγράψει ένα υγιέστερο μέλλον, έτσι ώστε το παρελθόν να πάψει να ορίζει το παρόν του! Τότε μόνο αναλαμβάνει την ευθύνη της ζωής του! Όταν βλέπουμε τι κάναμε στους άλλους και τι μας έκαναν στο παρελθόν, ΤΟΛΜΑΜΕ ΝΑ ΑΛΛΑΞΟΥΜΕ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ! Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω βοηθούν σε αυτό, διότι βοηθούν να αφουγκραστείτε τις συγκρούσεις σας! Έτσι, ενεργοποιείτε την δυνατότητά σας να αλλάξετε το παρόν και το μέλλον, δίνοντας υγιέστερη τροπή στα πράγματα μέσω της λυτρωτικής ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ! Το πρώτο έργο του καθενός είναι ΝΑ ΜΑΘΕΙ ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ, δηλαδή να αποκτήσει αυτοαντίληψη! Καλλιεργείτε μέσα σας την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης. Διότι χρειάζεται πολύ θάρρος και πολλή αγάπη για να δεις αυτό που είσαι. Όταν η επιθυμία μας εξελίσσεται και γίνεται αβάσταχτη, τότε γίνεται ΘΕΛΗΣΗ! Συνοπτικά: η θέληση είναι η εξέλιξη της επιθυμίας!

Να ανοίξουμε μία γραμμή επικοινωνίας ανάμεσα στο Πνεύμα – Θεό και σε εμάς. Οι ανώτερες πνευματικές επικοινωνίες (διαυλισμός – channelings) βοηθούν αποτελεσματικά και αποφασιστικά σε αυτό, διότι δίνουν πληροφορίες για το παρελθόν και για το μέλλον, ούτως ώστε να διευκρινίζεται και να προκύπτει το νόημα του παρόντος. Ιδίως όταν δίνονται πληροφορίες που αφορούν το ΣΧΕΔΙΟ της ψυχής – ζωής του ατόμου. Του θείκου ΣΧΕΔΙΟΥ ΔΡΑΣΕΩΣ που του έχει ορισθεί να βαδίσει με όλες τις εναλλακτικές του εκδοχές, ούτως ώστε να μην θιχτεί η ελευθερία της βούλησης – επιλογής του ατόμου. Έτσι μπορεί να διορθώνεται ο αποπροσανατολισμός του ατόμου.

Ο συνολικός ψυχισμός του ανθρώπου στον κόσμο του είναι, κατά 80%, προέλευσης της ψυχής του! Ψυχής με την οποία έρχεται στον κόσμο της υλικής μορφής. Μόνο το 20% του ψυχισμού είναι το ανθρωπογενές κομμάτι του, δηλαδή η προσωπικότητά του, προερχόμενη από τις εμπειρίες του στον κόσμο της υλικής μορφής. Από αυτό το 20% μόνο το 8% υπόκειται σε επιτυχή ιατροκοινωνική παρέμβαση, με τα επιστημονικά μέσα που διαθέτουμε σήμερα! Όλος ο αγώνας που γίνεται με επιστημονικά μέσα ΑΦΟΡΑ αυτό το μερίδιο 8%. Αυτό το μερίδιο 8% μπορεί να αυξάνεται αξιοσημείωτα, κινούμενο προς το 20% με τις αναδρομές σε προηγούμενες ζωές και με τις ανώτερες πνευματικές επικοινωνίες (αποκαλύψεις = ξεσκεπάσματα), με διαυλισμούς – channelings! Επίσης το Πνεύμα βοηθάει με απaráμιλλης ακριβείας διαγνώσεις και με απίστευτης αξίας θεραπευτικές υποδείξεις.

Τέλος, επίσης η ψυχή μας βάσει της πείρας της από τις πάμπολλες προηγούμενες μετενσαρκώσεις της καθορίζει τις αντιδράσεις μας απέναντι στις κρίσεις της ζωής μας. Αλλιώς θα διαχειρισθεί μία παλαιά και έμπειρη ψυχή μία κρίση κι αλλιώς μία νεότερης ηλικίας, λιγότερο έμπειρη ψυχή. Η πρώτη θα είναι πιο αποτελεσματική στο καλό αποτέλεσμα, η δεύτερη θα είναι λιγότερο αποτελεσματική! Κατά τη διάρκεια αυτού του αγώνα, το καλό και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε. Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι! Δηλαδή μαθαίνεις τι αληθινά μπορείς να επιτύχεις με τον εαυτό σου. Κανένας δεν ξέρει ποιος πραγματικά είναι, παρά μόνο αν βρεθεί σε ακραίες συνθήκες επιβίωσης!

Η ψυχή αντέχει πολλά και μαθαίνει από αυτά! Η γνώση των προηγούμενων ζωών είναι ευεργετική γιατί μας βοηθάει να επιλύσουμε προβλήματα της παρούσης ζωής. Η συνειδητοποίηση θεραπεύει! Η μεν ψυχή ελέγχει και καθοδηγεί την προσωπικότητα ή δε προσωπικότητα επηρεάζει την ψυχή μέσω της εμπειρίας της στη Γη. Είμασθε Θείοις Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Οι ανθρώπινες μονάδες στη Γη λειτουργούν έτσι ώστε να υπηρετείται το μεγάλο ΣΧΕΔΙΟ, δηλαδή να ακολουθείται ο ειρμός της θείας ΣΚΕΨΗΣ! Έτσι, η Συνειδητή, Λογική διαχείριση των προβλημάτων γίνεται εύκολη! Η Συνειδητή, Λογική διαχείριση συνιστά να συμπονάμε κριτικά, ΑΛΛΑ ΜΑ ΜΗ ΣΥΜΠΑΣΧΟΥΜΕ ψυχικά! Να μη μετέχουμε στο δράμα ματαιώως!~ Σύμφωνα με όσα είπαμε παραμένουμε προσκολλημένοι στο ψυχοτραυματικό παρελθόν μας, όπου περιλαμβάνεται και το παρελθόν των προηγούμενων ενσαρκώσεών μας, δηλαδή έχουμε καθήλωση, αγκίστρωμα, σκάλωμα στο παρελθόν μας, όπως το προαναφέραμε. Τούτο μας ταλαιπωρεί ως πηγή έντασης και άγχους, ως ανοιχτή πληγή. Η γνώση των προηγούμενων ζωών είναι ευεργετική γιατί μας βοηθάει να επιλύουμε προβλήματα μη παρούσης ζωής, μέσω της συνειδητοποίησης

τους.

Οι ψυχικές γομολάστιχες και τα συνειδησιακά εργαλεία τα οποία σας παρουσιάζω απαλείφουν τις καθλώσεις, τα αγκιστρώματα, τα σκαλώματα στο ψυχοτραυματικό παρελθόν μας, δηλαδή κλείνουν, επουλώνουν και θεραπεύουν τις ανοιχτές ψυχικές πληγές που αποτελούν πηγές έντασης και άγχους. Έτσι, προκύπτει αισθητή ανακούφιση. Αυτή η βελτίωση φαίνεται άμεσα στην γραφολογική σημειολογία του θεραπευομένου.

Σαν αποτέλεσμα όλων των παραπάνω οι θεραπευόμενοι γίνονται περισσότερο ικανοί να αντεπεξέρχονται στις συνθήκες έξω από το οικείο περιβάλλον τους (ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ). Όλα αυτά συνιστούν είδος ψυχικής σκληραγωγίας. Σκληραγωγίας, αλλά όχι σκληρότητας! Διότι η σκληραγωγία είναι δύναμη, ενώ η σκληρότητα είναι αδυναμία. Η σκληρότης = ακαμψία = ευθραυστότης!

Για τα άτομα και για τα σύνολα ισχύει ο εξής νόμος: εκκαθαρίστε το παρελθόν, αντιμετωπίστε το παρόν και προπαρασκευάστε το μέλλον! Έτσι, διαμορφώνονται ενεργοί και συνειδητοποιημένοι πολίτες, άξια μέλη της κοινωνίας που στηρίζονται στον εαυτό τους και στις δυνάμεις τους! Διαμορφώνονται άνθρωποι οι οποίοι έχουν απελευθερωθεί από το πρότυπο διδαγμένης αντίληψης «ότι θα είμαι όπως με θέλετε για να με αγαπάτε» ή ακόμα χειρότερα «ΓΙΑ ΝΑ ΕΠΙΖΗΣΩ»! **ΑΡΑ:** Κάνουμε τα πράγματα «σωστά», για να μας αγαπούν = ΛΑΘΟΣ! Κάνουμε τα σωστά πράγματα για εμάς και για το κέφι μας, χωρίς να μας το επιβάλλει κάποιος ή κάτι = ΣΩΣΤΟ και ΟΡΘΟ! Έτσι νιώθουμε την χαρά της αυτοεκπλήρωσης! Εμείς δίνουμε τη δύναμη ή το αντίθετο σε αυτό που μας συμβαίνει, αρνητικό ή θετικό!

Ο αυτοθεραπευτικός οδηγός που διαβάζετε αποσκοπεί σε αυτό! Κατά τη διάρκεια της αυτοψυχοθεραπείας σας, όταν δοκιμάζετε την εφαρμογή των παραπάνω, **ΝΑ ΑΝΤΙΣΤΕΚΕΣΤΕ ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΑ** στις συνειδητές ή υποσυνειδητές αντιστάσεις σας με **ΕΠΙΜΟΝΗ** και **ΥΠΟΜΟΝΗ** (αντοχή) στην εφαρμογή όσων μαθαίνετε εδώ! Συμπληρωματικά σας λέγω τα εξής: όταν προβάλλεται αντίσταση από τον εσωτερικό σας σαμποτέρ σε κάποιο συνειδησιακό εργαλείο ή σε κάποια ψυχική γομολάστιχα, αυτό σημαίνει ότι ο εσωτερικός σαμποτέρ φοβάται την θεραπευτική δράση αυτού που κάνετε ή αυτού που σκοπεύετε να κάνετε! Άρα, εσείς σύμφωνα με την Συνειδητή Λογική Διαχείριση, θα πρέπει να κάνετε οπωσδήποτε αυτό που ο εσωτερικός σας σαμποτέρ φοβάται! Μάλιστα το ιδανικό είναι να δώσετε έμφαση σε αυτό με την επανάληψή του πολλές φορές! Έτσι, αντιστέκεστε - συμφιλιώνεστε σε ό,τι αντιστέκεται στη ζωή μέσα σας! Λογικά, 2 αρνήσεις κάνουν 1 μία κατάφαση και μάλιστα ζωής. Μέσα σε ένα «κόσμο» βαρύ, «κακό» και ανάλγητο ο οποίος είναι παράγωγο της ενεργειακής κατάστασης φωτογραφίας Α μέσα στον καθένα!

Οι τέσσερις (4) μεγάλες κατηγορίες υπαρξιακών ζητημάτων που αφορούν τη ζωή του καθενός μας είναι οι εξής: ο θάνατος, το νόημα στη ζωή, η μοναξιά (απομόνωση), η Ελευθερία. Το παρόν βιβλίο γράφηκε για μία ζωή με λιγότερο άγχος και περισσότερο **ΝΟΗΜΑ!** Όλα σε αυτό το βιβλίο γράφονται για να μετριάσουν την υπαρξιακή αγωνία!

Η ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΒΟΗΘΑ ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΩΝ 4 ΘΕΜΕΛΙΩΔΩΝ



## ΖΗΤΗΜΑΤΩΝ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΥΠΑΡΞΗΣ, όπως:

**α)** Τον φόβο του θανάτου! Ο φόβος του θανάτου είναι και φόβος για τιμωρία κατά την μεταθανάτια ζωή, ως συνέπεια των αμαρτιών του ατόμου! Επίσης, υπάρχει ο φόβος ότι μετά τον θάνατο ακολουθεί το τίποτα, το κενό, το μηδέν! Το άγχος του θανάτου, η αγωνία του θανάτου ως υπαρξιακά βιώματα είναι διαχρονικά! Ο ΦΟΒΟΣ είναι που κάνει αβίωτη τη ζωή και όχι ο θάνατος! Ο φόβος συνεπάγεται χαμηλή ενεργειακή δόνηση και τρέφει τις αρνητικές δυνάμεις στον οργανισμό του ανθρώπου και έξω από αυτόν, διότι το έξω αντικαθρεπτίζει το μέσα!

Παρηγορηθείτε όμως: δεν υπάρχουν ποινές και τιμωρίες, αλλά μόνο καρμικές συνέπειες των πράξεων και των σκέψεών μας στη Γη! Έτσι μας έχει πληροφορήσει το Πνεύμα! Επίσης, το Πνεύμα μας έχει πληροφορήσει ότι «Ο ΘΑΝΑΤΟΣ ΕΙΝΑΙ Η ΜΑΚΑΡΙΑ ΑΠΕΛΕΥΘΕΡΩΣΗ ΑΠΟ ΤΑ ΔΕΣΜΑ ΤΟΥ ΠΕΡΙΟΡΙΣΜΟΥ ΤΗΣ ΥΛΗΣ! Επίσης, ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΑΝΟΙΓΜΑ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ ΣΕ ΑΛΛΑ ΠΕΔΙΑ ΥΠΑΡΞΗΣ, ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ ΚΑΙ ΑΓΑΠΗΣ»!!! Δεν είναι το απόλυτο τέλος, δεν είναι η οριστική εκμηδένιση, όπως νομίζει ο κατεστημένος μηδενισμός! Αυτός είναι ο λυτρωτικός ορισμός του θανάτου, που μας έδωσε το Πνεύμα!

Ο άνθρωπος θεός επί της Γης γνωρίζει την αθανασία του και δεν φοβάται τον Άδη. Ο Άδης είναι μία όψη του Εαυτού μας την οποία να τιμούμε και να αγαπάμε! Άρα, τέρμα η μεταφυσική αγωνία. Δεν είστε πλέον μεταφυσικά άοπλοι! Μη φοβάστε τον θάνατο! Γίνεσθε Φως συνείδησης που πατεί χαρούμενο τον Άδη και τον Χάρο. Μεταμορφώστε – μετουσιώστε τον φόβο του θανάτου σε παιγνίδι ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ, όπως οι αρχαίοι Έλληνες!

Ο ισχυρότερος φόβος είναι εκείνος του αγνώστου = κινδύνου = θανάτου. Ο φόβος πρέπει να βιώνεται και μόνον αν βιωθεί, τρέπεται πράγματι σε φυγή. Χωρίς φόβο, χωρίς ανταμοιβή (προσδοκία του αποτελέσματος) και με αξιοπρέπεια, όλα είναι καλώς καμωμένα. Όπου αξιοπρέπεια = να δέχεσαι την πραγματικότητα χωρίς να κλαψουρίζεις! Να θυμάστε ότι αυτό που η κάμπια θεωρεί ως το τέλος του κόσμου, ο Δημιουργός το ονομάζει πεταλούδα (ψυχή)! ΠΡΟΚΛΗΣΗ = ένας κίνδυνος και μία ευκαιρία. Η πνευματική στάση του ανθρώπου είναι να αγωνίζεται για να ελαχιστοποιήσει τον κίνδυνο και να μεγιστοποιήσει την ευκαιρία!

Άρα, και αυτός ο μάταιος φόβος του θανάτου χρειάζεται να μας προετοιμάζει για την ΑΠΟΔΟΧΗ ΤΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ και να μην προκαλεί φόβο ζωής, ούτως ώστε να καταστρέφει τελικά τη ζωή! Slogan: να μην κάνεις τη ζωή σου δυστυχημένη φοβούμενος/η τον θάνατο! Αγώνισου, δηλαδή, να μην σε κυριεύει, να μην περιέρχεσαι σε κατάσταση φωτ/φίας Α! Κάνε χρήση του ΓΕΝΙΚΟΥ ΔΙΑΚΟΠΤΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ καθώς και του ΕΙΔΙΚΟΥ ΔΙΑΚΟΠΤΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ! Δείτε σχετικά παρακάτω. Επίσης, εμπνευστείτε δημιουργικά από τον φόβο του θανάτου βάσει του λυτρωτικού ορισμού του θανάτου που μας έδωσε το Πνεύμα και τον οποίο μόλις σας παρουσίασα! Μόνο όταν τακτοποιήσουμε τους λογαριασμούς μας με τον θάνατο, και με τον πόνο του, καταλαβαίνουμε, ότι η ζωή είναι απεριόριστη και αξιοβίωτη! Το να μαθαίνουμε να πεθαίνουμε σημαίνει να μαθαίνουμε να ζούμε στοχαστικά! Το ιδανικό είναι να ζεις και να πεθαίνεις παλικαρίσια, δηλαδή να έχεις στάση σαν παλικάρι, να είσαι παλικάρι! Στάση αντρικεία στη ζωή και στο θάνατο! «Να είσαι παλικάρι σε όλες τις αντιξοότητες» είναι η παραίνεση του προφήτη Ηλία, κατά τη διάρκεια ανώτερης επικοινωνίας μαζί του.

Είναι καλό για εσάς να συμφωνήσετε με τον εαυτό σας τα εξής: «Θα αντιμετωπίζω οτιδήποτε μου συμβαίνει, αγωνιζόμενος πάντοτε σαν να πρόκειται για **ΠΡΟΚΛΗΣΗ** στην οποία καλούμαι να ανταπεξέλθω και ποτέ σαν **ΑΠΟΡΡΙΨΗ!** Αυτή είναι η ώριμη ενήλικη στάση». Δηλαδή η ΑΤΑΡΑΞΙΑ ΕΙΝΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΗ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ. Οι στόχοι σου πρέπει να είναι οι εξής δύο: η σοφία και η ευτυχία (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Συνήθως ο φόβος του πόνου του θανάτου είναι μεγαλύτερος από τον φόβο του θανάτου καθεαυτού. Όμως είναι πρόφαση ο φόβος του πόνου! Τον θάνατο φοβούνται οι άνθρωποι!  
SLOGAN: ΤΟΝ ΘΑΝΑΤΟ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΕΙΣ ΕΙΤΕ ΜΕ ΑΥΤΟΛΥΠΗΣΗ ΕΙΤΕ ΧΩΡΙΣ ΑΥΤΗΝ ΔΗΛ.ΜΕ ΑΥΤΟΚΥΡΙΑΡΧΙΑ ΚΑΙ ΜΕ ΑΞΙΟΠΡΕΠΕΙΑ

**β)** Την έλλειψη νοήματος στη ζωή! Χρειάζεται να δημιουργούνται συνθήκες που δίνουν υπόσταση,, περιεχόμενο και νόημα ζωής – ύπαρξης. Η ύπαρξη **ΝΟΗΜΑΤΟΣ** στη ζωή είναι πολύ σημαντική! Βασική! Η συνοχή της κοινωνίας δοκιμάζεται όταν φθίνει το **ΝΟΗΜΑ** της ζωής, ενώ η διαταραχή αποκαθίσταται μόλις το **ΝΟΗΜΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ** ανανεωθεί! Αυτό που δίνει **ΝΟΗΜΑ** και ευτυχία στη ζωή **ΕΙΝΑΙ Ο ΣΤΟΧΟΣ!** Ο **ΑΑ** Μιχαήλ είναι η ορμή της ενεργείας της ζωής για την πραγματοποίηση του **ΣΤΟΧΟΥ – ΣΚΟΠΟΥ!** Γι' αυτό, να τον επικαλείστε!

Για να απαντηθεί το ερώτημα «τι να κάνω;» πρέπει προηγουμένως να απαντηθεί το ερώτημα «ποιός ιστορίας είμαι μέρος;», κοντά σε αυτό θα απαντηθούν τα ερωτήματα: ποιος είμαι; Τι θέλω; Πώς ενεργώ; Ποιος θέλω να είμαι; Πώς θέλω να υπάρχω; Έτσι αναζητούμε στην προσωπική μας ιστορία νόημα και κατεύθυνση. Σε αυτήν υπάρχουν και τα κριτήρια, οι αρχές και τα υπαρξιακά αξιώματα βάσει των οποίων ενεργούμε. Αυτά όλα είναι το πηδάλιό μας. Αλλιώς είμαστε σαν σκάφος χωρίς πηδάλιο, που άγεται και φέρεται υπό των κυμάτων, των ανέμων και των ρευμάτων. Ενίοτε σκοντάφτουμε, ενίοτε κάνουμε άλματα = πετάμε στη ζωή. Εδώ περιλαμβάνεται και η ομορφιά να κοινωνούμε, να μοιραζόμαστε εμπειρίες! Έτσι βρίσκουμε την ταυτότητά μας μέσα στην κοινότητα. Η ταυτότητα προσδιορίζεται είτε αρνητικά π.χ. τι δεν θέλω, είτε θετικά π.χ. προς τα πού θέλω να πάω και τι θα αφήσω! Αυτή η ανάγκη επιλογής γεννά την αγωνία, αλλά και την ελευθερία συγχρόνως! Έτσι, ανακαλύπτουμε ότι ο άλλος είναι είτε η κόλασή μας (κατάσταση φωτογραφίας Α) είτε η ευκαιρία μας για να ζήσουμε (κατάσταση φωτογραφίας Β). Ούτως ή άλλως, ο «άλλος» έχει σωτηριολογική αξία και σημασία, καθώς προείπαμε!

Η αίσθηση του εαυτού+ Εαυτού μας αναπτύσσεται μέσω των ανθρώπινων σχέσεων. Οι καλοί άνθρωποι φτιάχνουν και άλλους καλούς ανθρώπους. Εδώ μπορούν να υπάγονται και τα εξής: στην υπηρεσία του άλλου βρίσκω και τον εαυτό – Εαυτό μου! Έτσι γεννιέται το φιλότιμο = ξεπερνώ τον εαυτό μου, για να μεριμνώ για τους άλλους! Η **ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΔΙΝΕΙ ΝΟΗΜΑ ΖΩΗΣ ΠΟΥ ΞΕΠΕΡΝΑΕΙ ΤΗΝ ΑΤΟΜΙΚΟΤΗΤΑ**, π.χ. ο εθελοντισμός! Κατά την πορεία αυτήν, τίποτα δεν συγκρίνεται με την **ΕΜΠΕΙΡΙΑ** = η έμπρακτη Γνώση.

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** όσο και όποιο νόημα υπάρχει στα ανθρώπινα είναι όσο κι όποιο νόημα μπορεί ο ίδιος ο άνθρωπος να πραγματώνει στη ζωή του, με τη ζωή του! η αναζήτηση και εύρεση νοήματος ζωής στην υπηρεσία κάποιου υψηλού σκοπού είναι η πλέον καταλυτική για την απόκτηση υγείας και ευδαιμονίας (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Κατά την πορεία αυτήν η πυξίδα είναι ότι συμπονάμε κριτικά αλλά δεν συμπάσχουμε, δηλαδή δείχνουμε ενσυναίσθηση, αλλά δεν κάνουμε αυτόματη υπακοή και συμπάσχουσα ταύτιση, δηλαδή δεν εκδηλώνουμε υπερβάλλουσα – παθολογική ενσυναίσθηση! Δηλαδή δεν παίρνουμε το κακό του άλλου μέσα μας. Δεν μετέχουμε στο δράμα ματαιώς!

**ΑΝΑΚΕΦΑΛΑΙΩΤΙΚΑ:** κάνεις ό,τι θεωρείς καλό, ακολουθώντας τα πιστεύω σου!

Το σύνολο των γραπτών μου σας δίνει την δυνατότητα να λέτε: «εγώ ξέρω τι θέλω, για να έχει νόημα ο κόσμος!»! Ό,τι κι αν σας συμβεί να το αντιμετωπίζετε και να προχωρείτε σχεδιασμένα!

Συμβουλή πρακτική: νόημα θα βρείτε όταν αναζητήσετε και βρείτε να παίζεται ένα μικρό συγκεκριμένο ρόλο στο σύμπαν. Από φιλοσοφική άποψη το «ΝΟΗΜΑ» είναι το ρεαλιστικό, εμπειρικό αντίκρισμα στη ζωή! Η ένωση του αιτίου με τον σκοπό του, το αποτέλεσμα του! Το ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ στο πεδίο της ύπαρξης είναι το ΝΟΗΜΑ. Το νόημα είναι η ερμηνεία αιτίας και σκοπού και τρόπου ύπαρξης, συνύπαρξης και θανάτου!

Αναζητείστε περιεχόμενο και νόημα ζωής στη σχέση σας με τον εαυτό – Εαυτό σας και στη σχέση σας με τον κόσμο στα πλαίσια της ενεργού Αγάπης. Αν δεν αγαπήσεις, δεν θα ανακαλύψεις ποτέ το ίδιο το νόημά σου, με ανιδιοτελή Αγάπη για τον συνάνθρωπο και το σύνολο των έμβιων όντων. Αυτή είναι μία από τις καλύτερες απαντήσεις στο πρόβλημα του υπαρξιακού κενού και της αναζήτησης υποστασιακής πληρότητας. Η Αγάπη προς εαυτόν και αλλήλους θα σας βοηθήσει να βιώσετε το μεταφυσικό νόημα, δηλαδή το νόημα της ύπαρξης!

Η απουσία ερμηνείας της σύνδεσης – σχέσης μεταξύ της αιτίας και του αποτελέσματος – σκοπού αυτής γεννά το μάταιο, το ατελέσφορο, την απώλεια του ΝΟΗΜΑΤΟΣ! Διότι το νόημα παράγεται από την σύνδεση – σχέση της αιτίας και του αποτελέσματος – σκοπού αυτής!

ΣΥΜΒΟΥΛΗ: το υπέρτατο νόημα της ζωής είναι η περιπέτεια της ψυχής που αναζητεί τον Θεό! Η αναζήτηση και εύρεση νοήματος μέσα σε συνθήκες απουσίας νοήματος! Συνειδητοποίησε ότι εσύ είσαι που δίνεις το νόημα τους και τη σημασία τους στα πράγματα!

Slogan: Ο ΣΚΟΠΟΣ ΔΙΝΕΙ ΝΟΗΜΑ ΣΤΗΝ ΥΠΑΡΞΗ.

Σχόλιο: ο ΑΑ Μιχαήλ είναι η ορμή της ενεργείας της ζωής για την επίτευξη του ΣΤΟΧΟΥ – ΣΚΟΠΟΥ. Μάθετε να τον επικαλείσθε σχετικά! Ντύνουμε με νόημα αυτό που αντιλαμβανόμαστε, γινόμαστε αυτό, το συναισθανόμαστε! Η αντίληψη είναι το παν. Χρειάζεται να διευρύνεται! Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας, δηλαδή οι σκέψεις μας και τα αισθήματά μας επηρεάζουν πριν από όλα τα κύτταρά μας!

ΠΡΟΤΑΣΗ: ο σκοπός μπορεί να είναι τα εξής κατορθώματα ύπαρξης (Νόημα Ζωής): είναι η οργανωμένη Συνείδηση, είναι το Φως στον κόσμο, είναι η ανάλωση της ύπαρξης σαν λαμπάδα φωτός, δηλαδή σαν μικρο-αναλογία της Ηλιακής λειτουργίας! Λειτουργίας που φέγγει για ΟΛΟΥΣ!

ΠΑΡΕΠΙΠΤΟΝΤΩΣ: για την αντίληψη του θείου, Συνείδηση είναι το μοναδικό όχημα! Η ηλιακή ενέργεια είναι το Φως του συλλογικού Χριστού, του χριστικού εαυτού και του Ηλιακού Λόγου Χριστού (όπου Λόγος = Νους)! Η πρόθεση – θέληση είναι αυτή που δίνει νόημα στα πάντα στη ζωή όταν αυτή καθοδηγείται μέσω του καρδιακού μεγαλείου το οποίο ενυπάρχει σε κάθε ζωντανό ον!

Η συνοχή της κοινωνίας δοκιμάζεται όταν φθίνει το ΝΟΗΜΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ, ενώ η διαταραχή αποκαθίσταται μόλις ΤΟ ΝΟΗΜΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ανανεωθεί. Αυτό που δίνει νόημα κι ευτυχία στη ζωή είναι ο ΣΤΟΧΟΣ! Ο ΑΑ Μιχαήλ είναι η ορμή της ενέργειας της ζωής για την πραγματοποίηση του ΣΤΟΧΟΥ – ΣΚΟΠΟΥ! Γι' αυτό να τον επικαλείσθε! Η θλίψη κάνει τη ζωή να φαίνεται χωρίς νόημα. Κάθε κύτταρο στο σώμα παίρνει το μήνυμα σε χημική μορφή (χημική κατάσταση φωτογραφίας Α). Οι χημικές ουσίες είναι η σωματική ένδειξη της θλίψης, αλλά η απώλεια νοήματος δεν είναι χημική, είναι ανθρώπινη με την ευρύτερη έννοια. Διεκδικείστε το ΝΟΗΜΑ της ζωής σας – ύπαρξής σας. είναι οργανική ανθρώπινη

ανάγκη η αναζήτηση Νοήματος, το οποίο υπερβαίνει το ασήμαντο και το καθημερινό. Το βιβλίο που διαβάσετε θα σας βοηθήσει σε αυτό!

**γ)** Την μοναξιά, την απομόνωση!

**δ)** Την Ελευθερία! Ελεύθερη σκέψη σημαίνει ΑΥΤΟΚΥΡΙΑΡΧΙΑ και τα ιδανικά που ακολουθούμε! Μπορούμε να έχουμε την ελευθερία της στάσης! Αυτοκυριαρχία και Αγάπη εαυτού μας χρειάζεται σε κάθε μας δράση και αλληλεπίδραση!

Η Ελευθερία της στάσης μπορεί να φθάσει στην υπαρκτική Ελευθερία από κάθε προκαθορισμό και αναγκαιότητα, δηλαδή στην ελευθερία της ακατάλυτης ύπαρξης και όχι στην πρέπουσα συμπεριφορά μέσα στα όρια της θνητότητας! Αυτή είναι η Ανάληψη – Ανάσταση, δηλαδή η ολοκληρωμένη εσωτερική Ελευθερία των ανθρώπων!

Η συνειδητότητα χρειάζεται ελευθερία! Η Συνείδηση είναι μεγαλύτερη ενέργεια από τη σκέψη! Γι' αυτό η μεταμέλεια αλλάζει την ενέργεια προς το καλύτερο! Μη χάνετε λοιπόν την προοπτική, διατηρείτε την προοπτική σας, μη χάνετε την αυτοπεποίθηση, την καλή σας διάθεση και το χιούμορ σας ποτέ! Το χιούμορ, είναι ένδειξη ψυχικής υγείας και ευφυΐας και μαχητικότητας! Επιπλέον, το χιούμορ είναι ιαματικός μηχανισμός. Για όλα αυτά, το χιούμορ είναι μεγάλο προσόν! Οι απώλειες κατάλληλα επεξεργαζόμενες από εμάς, μπορούν να μεταμορφώνονται σε σοφία. Κατά την πνευματική αυτήν πορεία, τίποτα δεν συγκρίνεται με την εμπειρία όπου τόσο στο καλό όσο και στο κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε! Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι! Έτσι αγωνιζόμαστε να κάνουμε ότι θεωρούμε καλό, ακολουθώντας τα πιστεύω μας. Έτσι η ζωή παίρνει αξία με τα βάσανα!

Η άγνοια, η απουσία Συνείδησης, είναι η νύχτα του μυαλού, το σκοτάδι, ο κίνδυνος – φόβος του θανάτου, ο παραλογισμός, το κακό! Λοιπόν, στο σκοτάδι ανάψτε το φως της ΓΝΩΣΗΣ – ΤΗΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ. Είναι η Γνώση – Συνείδηση που κάνει τη διαφορά. ΤΟ ΣΚΟΤΑΔΙ ΕΙΝΑΙ Η ΕΛΛΕΙΨΗ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΤΗΤΑΣ, λιγότερο Φως! Παράδειγμα μετάβασης από το σκότος της άγνοιας στο φως της Συνείδησης: κατά την ψυχοθεραπεία πολλοί θεραπευόμενοι λένε ότι έχουν επαναλαμβανόμενους εφιάλτες. Εφιάλτες όπου ένα τέρας ή ένα άγριο ζώο π.χ. λύκος, τους καταδιώκει. Το σωστό είναι κάποια στιγμή να οραματιστούν ότι αντί να τρέχουν μακριά από το τέρας, να γυρίσουν προς αυτό και να το κοιτάξουν κατάματα, να το περιγράψουν. Ή και να οραματιστούν ότι περνάνε από μέσα του! Αυτά ισοδυναμούν με αποδυνάμωση των φόβων που συμβολίζονται με το τέρας, διότι συμβαίνει διαπραγμάτευση και γείωση, δηλαδή συνειδητή, Λογική διαχείριση!

Συνοπτική αναφορά όλων αυτών των θεμάτων γίνεται στην εδώ παρουσίαση. Για αναλυτική αναφορά μπορείτε να ανατρέξετε στους 3 κύκλους Σύνδεσης με τον Εαυτό, δηλαδή στον κύκλο ΕΣΩΤΕΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ (2013-2014), στον κύκλο ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΚΑΙ ΕΣΩΤΕΡΙΣΜΟΣ (2014-2015) και στον κύκλο ΕΣΩΤΕΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ (2015-2016). Ο ιστότοπός μου στο Internet είναι: [www.vassilisfragkos.gr](http://www.vassilisfragkos.gr)

Σας παρουσιάζω συνοπτικά τα περί της ΜΟΝΑΞΙΑΣ αμέσως παρακάτω και σας συνιστώ ειδικώς για την Ελευθερία να ανατρέξετε στην παραπάνω διεύθυνση ως εξής:

α) 4η συνάντηση, κύκλου 2015-2016, στο κεφάλαιο ΕΣΩΤΕΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ

ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ, περί ΟΡΦΙΣΜΟΥ.

β) 5η συνάντηση, κύκλου 2015-2016, στο κεφάλαιο ΕΣΩΤΕΡΙΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΚΗ, στο τέλος του κοντά στον επίλογο.

## ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ

*Ορισμός:* Η μοναξιά, η ακοινωνήτη ύπαρξη, η χαμένη κοινωνία των σχέσεων! Μοναξιά, ερήμωση, μόνωση, απομόνωση, αποξένωση, αλλοτρίωση, απόσυρση, απομάκρυνση, αποχωρισμός, απώλεια, εγκλεισμός κλπ. είναι συνώνυμα ή συμπληρωματικά της λέξης «μοναξιά»! Το αντίθετο και το αντίδοτο της μοναξιάς είναι το θαύμα της ανθρώπινης επικοινωνίας! Υπάρχει βásiμη ελπίδα, όταν δεν είσαι μόνος σου! Τίποτα δεν μπορεί να αντικαταστήσει την ζωντάνια και την αυθεντικότητα της ανθρώπινης επαφής! Σχετικά με αυτά ο μέγας φιλόσοφος και μύστης της αρχαιότητας, ο Ηράκλειτος, είπε: «Καθότι αν (επι)κοινωνήσωμεν αληθεύομεν»!

Η ελλιπής υποστήριξη από τους γονείς οδηγεί στην εμφάνιση της μοναξιάς από τους εφήβους!

### Η μοναξιά ως οδυνηρή πραγματικότητα – Ο ΤΡΟΜΟΣ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ

Πάμπολλοι συνάνθρωποί μας ζουν σε αγωνιώδη μοναξιά! όπου: αγωνία=εκκρεμότης θανάτου! Ένα από τα σοβαρότερα προβλήματα των σύγχρονων κοινωνιών είναι η ΜΟΝΑΞΙΑ, η αποξένωση, το υπαρξιακό κενό νοήματος!

Η μοναξιά και ο πόνος είναι δομικά στοιχεία της ύπαρξής μας! Η μοναξιά τρομάζει συνήθως τους ανθρώπους και κάνουν τα πάντα για να την αποφύγουν. Ειδικότερα ο πόνος δίνει τα μεγαλύτερα και τα καλύτερα μαθήματα! Ο πόνος είναι γήινο χαρακτηριστικό. Ζούμε για να νικάμε τον πόνο και για να ρίχνουμε Φως στα σκοτάδια, ΜΕ ΑΓΑΠΗ και ευγνωμοσύνη στην καρδιά. Όπου η Αγάπη, πρώτα για τον εαυτό μας και μετά για τους άλλους, είναι: κατανόηση, συμπόνια και έλεος. Όπου η Αληθινή Αγάπη είναι ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ!! Επίσης, χωρίς ίχνος επιθυμίας! Αγάπη και ευγνωμοσύνη στην καρδιά είναι το ζητούμενο! Δοκιμάστε να νιώθετε την μοναδική ψυχική ικανοποίηση που αισθάνεται κάποιος, όταν δίνει χωρίς να περιμένει ανταλλάγματα! Ο πόνος διακρίνεται, περιλαμβάνει μόχθο και οδύνη. Ο αρχαίος Έλληνας και μεγάλος ποιητής – δραματουργός Ευριπίδης ασχολήθηκε στο έργο του με την ΜΟΝΑΞΙΑ και με τον (συχνά αυτοπρόκλητον) ΠΟΝΟ! Ο πόνος συμβολίζει μίαν εσωτερική αντίφαση ή αντίσταση στη ζωή και στην ανάγκη για ελευθερία! Τα «αντι-« είναι που παράγουν τον πόνο – φόβο! Τα προβλήματά μας ως αντιφάσεις – αντιθέσεις – αντίποινα! Γι' αυτό η ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ του πόνου οδηγεί σε απαλλαγή από τον πόνο! Ο πόνος είναι ο αντίκτυπος των πράξεών μας μέσα μας και χαράσσεται βαθιά στα κύτταρά μας. Ένας πόνος συνειδητοποιημένος παύεται και δεν χαράσσεται πλέον μέσα μας! Να αποδεχόμαστε συνειδητά τον πόνο και να μην αποφεύγουμε να τον δούμε. Η αυτοβελτίωση είναι οδυνηρή διαδικασία, συνήθως! Για να υπερβούμε ένα εμπόδιο πρέπει καταρχήν να το δούμε μπροστά μας και να το αναγνωρίσουμε! Επαναλαμβάνω ότι: ζούμε για να νικάμε τον πόνο – φόβο και για να ρίχνουμε Φως στα σκοτάδια με ανιδιοτελή Αγάπη. Όπου η αληθινή Αγάπη πρέπει να είναι ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ, επίσης χωρίς ίχνος επιθυμίας! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά είναι το ζητούμενο.

Συνοπτικά: ο άνθρωπος ωθεί τον εαυτό του στον πόνο! Οι άνθρωποι ωθούν τον άνθρωπο στον πόνο!

Αφόρητος είναι ο πόνος της μοναξιάς, αφόρητο είναι το βάρος της μοναξιάς για όλους! Για τους παμπλείστους δεν υπάρχει κάτι χειρότερο από τη ΜΟΝΑΞΙΑ! Αισθάνονται ως παντέρημοι άνθρωποι! ΙΔΙΩΣ Η ΑΠΩΛΕΙΑ ΤΗΣ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣ ΤΟΥ ΑΛΛΟΥ ΕΙΝΑΙ ΕΚΕΙΝΗ ΠΟΥ ΤΣΑΚΙΖΕΙ ΤΗΝ ΥΠΑΡΞΗ! Πέφτει βαριά επάνω τους η σκιά της απώλειας (κατάσταση φωτογραφίας Α), διότι η απώλεια του Άλλου θυμίζει την απώλεια της μητέρας του πάσχοντος, όταν ο πάσχων ήταν νεογνό, βρέφος, παιδάκι μικρό! Σε αυτές τις ηλικίες μόνιμος αποχωρισμός σημαίνει θάνατος για το παιδί! Η μοναξιά λόγω απώλειας είναι οδυνηρή και μελαγχολική, ιδίως στον ερωτικό χωρισμό ή λόγω θανάτου! Του χωρισμού το βάσανο, ο πόνος! Σε αυτές τις περιπτώσεις καλό είναι να θυμάστε ότι, όσο κι αν σκοτεινιάσει ο Ήλιος, θα ανατείλει ξανά! από εσάς εξαρτάται αυτό να συμβεί ταχύτερα κι ευκολότερα, με τη χρήση της δύναμης που δίνει η ΓΝΩΣΗ, δηλαδή με Συνειδητή, Λογική διαχείριση! Επιπλέον με Διάκριση, όπου Διάκριση = ξέρω τι κάνω και καταλαβαίνω τη σημασία αυτού που κάνω! Συνήθως, ο καθένας μένει να διαχειριστεί την απώλειά του μόνος, χωρίς υποστήριξη δυστυχώς! Η κοινή μας μοίρα είναι να υπομένουμε την απώλεια ως αναπόσπαστο κομμάτι της ζωής μας! Η απώλεια σιγοσέρνεται δίπλα στη ζωή και γίνεται η πιο αμείλικτη συνοδεία της! Έχετε μήπως παρατηρήσει ότι μία νέα ανώτερη πραγματικότητα ήλθε στη ζωή σας μετά από μίαν απώλεια; Ποια ήταν αυτή; Γιατί ήρθε μετά την απώλεια;

ΠΑΡΑΙΝΕΣΕΙΣ: κάνετε τις σφαλιάρες της ζωής σας δυναμωτικές για εσάς! Μάθετε να αντλείτε δύναμη από τις αναποδιές της ζωής σας! Τέλος, να θυμάστε ότι: αν φοβάσαι μήπως πεθάνεις, φοβάσαι και να ζήσεις!

Σημειωτέον, ότι ο άνθρωπος έρχεται στη γήινη ζωή με απόλυτη μοναξιά και φεύγει από την γήινη ζωή με απόλυτη μοναξιά, επίσης! Όλοι αμφιταλαντεύονται ανάμεσα στον πόνο της μοναξιάς και στην φρίκη της συντροφιάς! Δεν είναι εύκολο να συνδεθούν αρμονικά αυτά τα δύο, αλλά και το εξής: «είμαι πιο μόνος, όταν δεν είμαι μονάχος»! Πολύ δύσκολα βρίσκεσαι με ανθρώπους που μπορείς να επικοινωνήσεις! Το να είμαστε με κάποιον ή με κάποιους και να αισθανόμαστε ακόμη μεγαλύτερη μοναξιά, αυτό δεν το θέλουμε καθόλου!

Τίποτα δεν είναι πιο δύσκολο από τη σχέση ανθρώπου με άνθρωπο! Χρειάζεται αγώνας για να βρεις μία συναισθηματική και ταυτόχρονα ηθική θέση μέσα στον κόσμο π.χ. στην έρημο της πόλης ή στην απομόνωση. Οι μεγαλουπόλεις περιγράφονται συνήθως σαν τόποι αποξένωσης και αλλοτρίωσης! Υπαρξιακής αγωνίας! Πόσοι δεν υποφέρουν από βαθιά μοναξιά και θα έκαναν οτιδήποτε για να έχουν ένα φίλο; Σε καταστάσεις απωλειών να αγωνίζεσθε να ενεργείτε βάσει όσων έχουν απομείνει και όχι βάσει όσων έχουν χαθεί! Έτσι, θα μπορείτε να ξαναρχίζετε, έτσι θα μπορείτε να ανασηκώνεστε δυνατότεροι και να προχωρείτε ευκολότερα.

Slogan: όσες φορές κι αν πέσεις, να ξανασηκωθείς! Και να συνεχίσεις! Να προχωρήσεις!

Κανείς δεν θέλει να είναι μόνος του και κανείς δεν είναι μόνος του, μας λέγει η ψυχανάλυση! Η προσωπικότητα αισθάνεται ότι δεν είναι αρκετά ικανή να διαχειριστεί από μόνη της τις ποιότητες του εαυτού της, δηλαδή το Φως και το σκοτάδι της! Έτσι, η μοναξιά έχει τρομακτικό πρόσωπο! Η μοναξιά είναι κάτι

τρομερό! Η μοναξιά επηρεάζει αρνητικά όσους δεν τα έχουν βρει με τον εαυτό τους! Η μοναξιά σκοτώνει! Συνήθως, όταν είμαστε μόνοι, σφίγγουμε τα δόντια και προχωράμε. Κάθε άνθρωπος και μία μοναξιά. Η απόλυτη μοναξιά της ύπαρξης είναι κάτι τραγικό. Η πραγματική αίσθηση απομόνωσης είναι υποκειμενική κι έχει τη ρίζα της σε μία κλειστή καρδιά. Μάθετε να αναγνωρίζετε την Αγάπη, που υπάρχει γύρω σας, όσο κρυμμένη κι αν είναι! Αυτή η επίγνωση θα σας γεμίσει με έλεος που είναι μαλακτικό της ψυχής! Μία κλειστή καρδιά δεν έχει έλεος! Έχετε επίγνωση ότι στις καρδιές των ανθρώπων υπάρχει Αγάπη όσο κρυμμένη κι αν είναι. Τότε θα ανοίξει η καρδιά σου ριζικά και θα επιτύχεις κοινωνία Αγάπης με τους γύρω σου. Δεν θα υπάρχει πλέον η αίσθηση της μοναξιάς. Με αυτόν τον «άλλον» άνθρωπο ερχόμαστε να δουλέψουμε στη Γη κι όχι με τα ζώα ή με τα φυτά. Αυτό που μας φοβίζει είναι να μην μας αναζητάει κανείς, δηλαδή η «ηρεμία» και η ερημιά! Είναι μεγάλοι της ερημιάς οι πόνοι. Οι απομονωμένοι στη μοναξιά τους άνθρωποι αναζητούν απελπισμένα διέξοδο και ανθρώπινα επαφή. Ένα πολύ μεγάλο μέρος του πληθυσμού διατελεί σε αυτήν την απόγνωση. Είναι η σιωπή της μοναξιάς! Ο φόβος της μοναξιάς τροποποιεί τις ενέργειες, ούτως ώστε να οδηγεί στην ανάγκη για εξάρτηση, και δι' αυτής, ενίοτε σε γάμο! Τούτο διότι η μοναξιά – ερημιά είναι μορφή κόλασης!

Σε πολλές γλώσσες του κόσμου η μοναξιά εξισώνεται με τον πόνο! Ο κοινωνικός πόνος είναι μία εμπειρία δυσφορίας που προκύπτει, όταν αντιλαμβανόμαστε την ψυχική μας απόσταση από έναν άλλο άνθρωπο ή μία ομάδα! Η μοναξιά μας κάνει να κλαίμε, για όλους αυτούς τους λόγους! Το κλάμα είναι γιατρεία! Γι' αυτό να κλαίτε χωρίς αναστολές ή επιφυλάξεις. Όλα ξεκινούν από τη σχέση του βρέφους με την μητέρα του! Η μοναξιά ενεργοποιεί μέσα μας το βίωμα του νεογνού-βρέφους, ότι ο μόνιμος αποχωρισμός από την μητέρα του σημαίνει θάνατο (κατάσταση φωτ/φίας Α) πχ όταν η μητέρα του νεογνού-βρέφους βγαίνει από το δωμάτιό του, το μωρό νομίζει ότι θα πεθάνει (κατάσταση φωτογραφίας Α)! Γι' αυτό η μοναξιά προκαλεί θλίψη – μελαγχολία! Μπορεί όμως και να προκαλεί έξαρση Δημιουργικότητας. Οι άνθρωποι έχουν ανάγκη για συναισθηματικές και δημιουργικές διεξόδους. Η δημιουργία είναι ένα από τα αντίδοτα του θανάτου! Ο θάνατος σε αφανίζει, η δημιουργία σε εμφανίζει!

Στα πλαίσια αυτά η μοναξιά μπορεί να είναι είτε κατάρρα, είτε ευλογία. Γι' αυτό αγωνιζέστε να ανάψετε τη σπίθα της Δημιουργικότητάς σας! Η ικανότητα να μένουμε μόνοι συνδέεται με την συναισθηματική ωριμότητα και έχει τις ρίζες της στην πρώιμη βρεφική ηλικία όταν κάποιος είναι πάντα παρών ακόμα και όταν απουσιάζει η μητέρα! Ο άνθρωπος που ανέπτυξε την ικανότητα να μένει μόνος δεν είναι ποτέ αληθινά μόνος. Το λίκνο της βαθιάς μοναξιάς, εκείνης που βιώνεται ως οδυνηρή και τρομακτική εμπειρία βρίσκεται στον αποχωρισμό του βρέφους από τη μητέρα! Η έλλειψη τρυφερότητας κάνει το παιδί να πιστεύει ότι είναι μόνο του με συνέπεια να υψώνει γύρω του ένα τείχος απομόνωσης για να μην κινδυνεύει. Το αίσθημα της μοναξιάς μπορεί να προκαλεί έντονη δυσφορία και απελπισία ούτως ώστε να οδηγεί σε αυτοκαταστροφικές σκέψεις μέχρι και στην αυτοκτονία ή στην καταφυγή της εξάρτησης από το οινόπνευμα.

ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΑ: απελπισία – απόγνωση – υπερβάλλουσα ενοχή οδηγούν στην αυτοκτονία! Μπορεί ακόμα να οδηγούν σε εξάρτηση από το οινόπνευμα ή από άλλες τοξικές ουσίες!

Η εκτίμηση από τους άλλους και η επιτυχία μπορεί να χρησιμοποιούνται

αμυντικά κατά της μοναξιάς. Έτσι, στον ενήλικο, η μοναξιά φέρνει μελανχολία! Όταν αυτές οι παρηγοριές λείπουν!

Από πλευράς επιστημονικής αλλά και εσωτερικής ψυχολογίας, το παιδί που υπήρξε, ζει πάντα μέσα στον ενήλικο! Γι' αυτό, ο άνθρωπος θέλει να είναι σε ομάδα, να ανήκει κάπου, ως αντίδοτο της φρικτής μοναξιάς! Εδώ βρίσκονται οι ρίζες των ευρημάτων ότι η μοναξιά προκαλεί αυξημένη νοσηρότητα στους ανθρώπους γενικά, και αυξημένη συχνότητα σε εμφράγματα του μυοκαρδίου ειδικότερα! Τέλος, οι άνθρωποι που είναι μόνοι στη ζωή ζουν λιγότερο από τους συντροφευμένους ανθρώπους, οι οποίοι ζουν περισσότερο! Η επιλογή της μοναξιάς μπορεί να σημαίνει απουσία Αγάπης για τον εαυτό! Επίσης, η μοναξιά δεν συνηθίζεται όσο κι αν το προσπαθούμε.

Ανάλογα με την ποιότητα της μητρικής σχέσης, την διαχείριση των πρώιμων ψυχοτραυμάτων, το νοητικό δυναμικό και την συναισθηματική νοημοσύνη του, το πρόσωπο διαπραγματεύεται σε όλη του τη ζωή τη μοίρα του, που είναι και μοναχική! Υπάρχει σχολή σκέψης που θεωρεί ότι στο βάθος δεν υπάρχει παρά μόνον η μοναξιά.

Ας δούμε τι λέγει το πνεύμα σχετικά:

*«Είσαστε μόνοι όσοι κι αν βρίσκονται γύρω σας· στο βάθος είστε εσείς και ο Εαυτός σας! Ό,τι κάνετε το κάνετε για τον Εαυτό σας!*

*ΕΡΩΤΗΜΑ: είμαστε μόνοι;*

*ΑΠΑΝΤΗΣΗ: το ζήτημα είναι εσείς τι θέλετε να δείτε! Θέλετε παράδεισο ή κόλαση; Αυτό που θέλετε να έχετε κάθε φορά είναι αυτό που έχετε. Αναγνωρίστε λοιπόν το ΘΕΛΗΜΑ σας το οποίο ξεπερνάει κάθε άλλο όσον αφορά την δική σας πραγματικότητα. Στέκεστε κυρίαρχοι – βασιλείς στο κέντρο της ύπαρξης σας όπου βρίσκεται ο αληθινός σας Εαυτός! ΓΕΓΟΝΟΣ ΕΙΝΑΙ ΟΤΙ ΕΙΣΤΕ ΜΟΝΟΙ, ΕΣΕΙΣ ΚΑΙ Ο ΕΥΑΤΟΣ ΣΑΣ! Έτσι μπορείτε να αποκτήσετε την βαθιά εσωτερική εμπειρία της πνευματικής σας ΜΟΝΑΔΑΣ, δηλαδή της ρίζας σας στον χώρο και στον χρόνο, δηλαδή του ανωτέρου, Θεϊκού Ευατού σας!*

*Η ανθρωπότητα βρίσκεται αντιμέτωπη τόσο με την μοναξιά της, (ο καθένας κλεισμένος στο παραλήρημά του), τη μοναχικότητα που διέπει τους ανθρώπους, όσο και με τη συλλογικότητά της, διότι καλείστε να πάρετε αποφάσεις για την επιβίωση του συνόλου. Συνειδητοποιείτε ότι δεν είστε μόνος, αλλά μοναδικός και περικλείετε τα πάντα! Τα πολλά και το ΕΝΑ, τα πολλά μέσα στο ΕΝΑ και το ΕΝΑ μέσα στα πολλά. ΜΟΝΟΝ ΕΚΕΙ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ Η ΑΛΗΘΕΙΑ! Κάνετε ένα τολμηρό βήμα για να αποδεχθείτε αυτό, υπερβαίνοντας κάθε τι άλλο!»*

Αυτά μας έδωσε το πνεύμα κατά τη διάρκεια ανώτερης πνευματικής Επικοινωνίας!

Στα πλαίσια αυτά, μπορεί κάποιος να είναι μόνος, αλλά να μην αισθάνεται εγκαταλελειμμένος! Εδώ μιλάμε για την υπέροχη έννοια της μοναχικότητας! Η μοναξιά σημαίνει το να είσαι μόνος, ενώ μοναχικότητα σημαίνει το να αισθάνεσαι μόνος, δηλαδή να είσαι αυτόνομος, αλλά όχι μόνος!

**Μοναξιά και Μοναχικότητα:** φαίνονται τόσο όμοιες αυτές οι δύο λέξεις, μα στην ουσία κρύβουν τόσο διαφορετικές έννοιες! Είναι σαν να λέμε κατάρρα και ευλογία! Και μόνο στο άκουσμα της λέξης μοναξιά, αισθάνεται κάποιος φόβο και ανατριχίλα. Η μοναξιά είναι φόβος, είναι προσκόλληση, είναι αυταπάτη! Μπορεί να βρίσκεσαι ανάμεσα σε χιλιάδες ανθρώπους και να νιώθεις μόνος. Η απελπισία και η ερημιά του πλήθους! Το αντίδοτο της μοναξιάς είναι το θαύμα της



ανθρώπινης επικοινωνίας, όπου ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΩ, ΑΡΑ ΥΠΑΡΧΩ! Επίσης, όπου γίνεται αισθητή η χαρά της αυτό-εκπλήρωσης, δηλαδή να νιώθεις γεμάτος! Τίποτα δε μπορεί να γεμίσει το κενό της ψυχής σου! Κολλάς επάνω στους άλλους και ζητιανεύεις αισθήματα και σχέσεις. Αρκείσαι αναγκαστικά στα «ψίχουλα» και θυμώνεις γι' αυτό με τον εαυτό σου! Βιώνεις την απόρριψη καθημερινά! Στερείσαι τη συντροφικότητα! Αγωνίζεσαι πάντα για την αποδοχή των άλλων, μια και δεν αποδέχεσαι εσύ ο ίδιος τον εαυτό σου! Συνάπτεις σχέσεις που βασίζονται στον εγωισμό και ζητάς αποδοχή κι αγάπη σαν εθισμένος, η οποία βεβαίως δεν έρχεται ποτέ! Οι άνθρωποι δεν αντέχουν να είναι μόνοι διότι δεν έχουν τι να ειπουν με τον εαυτό – Εαυτό τους, διότι έχουν μάθει να ορίζουν τον εαυτό τους μέσα από τα μάτια των άλλων! Όταν τα μάτια των άλλων δεν τους κοιτάζουν, τότε νιώθουν ανέλπιδα μόνοι! Νιώθουν σπαρακτική μοναξιά! «Ο ποιήσας το έλεος», μόνο έτσι γίνεται κάποιος πλησίον του άλλου! Η αδελφοσύνη είναι μία απολύτως χριστιανική ιδέα. Χωρίς αυτήν η Ελευθερία γίνεται μοναξιά, ατομικισμός και αδιαφορία! Η Αγάπη δίνει νόημα στην Ελευθερία και στην δημοκρατία

Από την άλλη, η μοναχικότητα, είναι ευλογία, είναι συνειδητοποίηση! Ο μοναχικός άνθρωπος είναι πλήρης, διότι ο εαυτός του αποτελεί για εκείνον την καλύτερη παρέα! Μελετά τον εαυτό του, είναι σε απόλυτη επαφή και αρμονία μαζί του! Μπορεί να μένει μόνος του χωρίς να νιώθει τη μοναξιά. Χωρίς να τον επηρεάζει αρνητικά (χωρίς να τον συντρίβει) η μοναξιά. Μπορούμε να νιώθουμε καλά ακόμα και μόνοι μας! Μπορεί να μένουμε ως άνθρωποι μακριά, αλλά νιώθουμε κοντά, δηλαδή είμαστε σε συναισθηματική εγγύτητα. Έτσι μπορεί να είμαστε κλεισμένοι στα σπίτια μας, αλλά όχι κλεισμένοι στον εαυτό μας! Περιορισμένοι, αλλά όχι χωρισμένοι ουσιαστικά! Ζούμε χωρίς επαφές, αλλά παραμένουμε σε επαφή. Μπορείς να επιλέξεις τη μοναχικότητα, αλλά όχι τη μοναξιά! Ο μοναχικός άνθρωπος είναι γεμάτος αγάπη, αληθινός, επειδή πρώτα έχει αγαπήσει τον εαυτό του! Όταν κάποιος είναι πλήρης, αυτό εκπέμπει, αυτό ακτινοβολεί στους γύρω του! Ο μοναχικός άνθρωπος συνδέεται βαθύτερα με τους άλλους διότι είναι ανιδιοτελής και πατάει στα πόδια του. Δεν έχει την ανάγκη προσκόλλησης ή αποδοχής από άλλον άνθρωπο, γιατί αντλεί δύναμη από τον εαυτό του. Το μόνο που θέλει είναι ο σεβασμός στην ατομικότητά του, στο πρόσωπό του και τον χώρο του! Με αυτό τον τρόπο λειτουργεί ανατροφοδοτικά μέσα από τον εσωτερικό εαυτό του! κατά ταύτα, οι ικανοί για μοναχικότητα άνθρωποι έχουν την δύναμη να ξεπερνούν τις προσκολλήσεις τους και τις αδυναμίες τους. Μπορούν να απολαμβάνουν τις οικογενειακές και τις φιλικές σχέσεις, αλλά γνωρίζουν και μπορούν ταυτόχρονα να είναι και αυτάρκειες, δηλαδή η ΑΤΑΡΑΞΙΑ ΕΙΝΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ! Δύο πρέπει να είναι οι στόχοι σου, η σοφία και η ευτυχία (κατάσταση φωτογραφίας Β)!

Χρειάζεται να έχουμε στόχους στη ζωή μας διότι αν δεν έχουμε ισχύει το εξής: για το καράβι που δεν ξέρει ποιο είναι το λιμάνι του, όλοι οι καιροί είναι ενάντια! Ένας στόχος δίχως σχέδιο επίτευξης του είναι μια απλή ευχή. ΣΤΟΧΟΘΕΣΙΑ -> στοχοπροσήλωση -> ΕΠΙΤΕΥΞΗ! Ιεράρχησε τα πάντα, κυριάρχησε τα πάντα! Με τη βοήθεια της ιόχρου φλόγας (μωβ ενέργειας) δεσ και προηγούμενα. Να αγωνιζόμαστε, όχι να αγωνιούμε! Να μετουσιώνουμε την αγωνία, το άγχος μας σε αγωνιστική δράση επιδίωξης του καλύτερου. Όταν η καρδιά του ανθρώπου αρχίσει να λειτουργεί εστιασμένη στον σκοπό, η νίκη δεν είναι μακριά! Η ζεστή πυρωμένη καρδιά κινεί τον άνθρωπο προς τον στόχο του

και όταν η καρδιά επιθυμεί ο δρόμος είναι ανοιχτός. Όταν η καρδιά πυρώνει, ο άνθρωπος μπορεί να κινηθεί προς την επίτευξη!

Η μοναχικότητα σημαίνει ότι έχουμε την ικανότητα να αποδεσμευόμαστε από άλλους ανθρώπους των οποίων οι απαιτήσεις μας καταπιέζουν ή βλάπτουν! Με την ικανότητα της μοναχικότητας μπορούμε να πάμε στους δημιουργικούς κόσμους της φαντασίας, να κάνουμε σκέψεις και συσχετισμούς, με μία λέξη να δημιουργήσουμε! Κυρίως μπορούμε να δούμε βαθιά μέσα μας, να κατανοήσουμε τις προτεραιότητές μας και όσα αναζητούμε στη ζωή και στις σχέσεις μας με τους άλλους! Άρα χρειάζεται να γνωρίζουμε από πού φεύγουμε και πού πηγαίνουμε! Το γήινο «εγώ» δεν χρειάζεται να εξαφανιστεί, αλλά να ενωθεί με το θείον! Δηλαδή το γήινο «εγώ» να τεθεί στην υπηρεσία της ψυχής. Το υπέρτατο νόημα της ζωής είναι η περιπέτεια της ψυχής που αναζητεί τον Θεό!

Γενικότερα οι ψυχικές γομολάστιχες και τα συνειδησιακά εργαλεία βοηθούν σε όλα αυτά!

Η διαφορά ανάμεσα στην μοναξιά και στη μοναχικότητα, συνοπτικά είναι η εξής: στη μοναξιά σε ξεχνάνε, η μοναχικότητα είναι επιλογή! Υπάρχουν στιγμές όπου η μοναχικότητα είναι αναγκαία απόφαση, π.χ. για να λάβει χώρα ο διαλογισμός, κ.α. ενώ κατά τη μοναξιά κυριαρχούν οι μαύρες σκέψεις της μοναξιάς και της αίσθησης πως είσαι μόνος και κανείς δεν σε αγαπά!

Η αντοχή στη «φρικτή» μοναξιά αναδεικνύει την ικανότητα σύνδεσης του ψυχικά δυνατού μοναχικού ανθρώπου με τον εαυτό του και τους άλλους! Η ψυχική ωρίμανση προϋποθέτει την ικανότητα να στοχάζεσαι τον μοναχικό εαυτό σου και την ίδια στιγμή να μη νιώθεις μόνος! Έτσι, είσαι ικανός να μπορείς να είσαι και μαζί και χώρια, ατάραχος, δηλαδή και κοινωνικός και μοναχικός, όταν θέλεις! Αυτή η δημιουργική μοναξιά μπορεί να πονάει, αλλά δεν καταστρέφει! Όσο περισσότερο γινόμαστε ικανοί να μοιραζόμαστε, τόσο περισσότερο μπορούμε να νιώθουμε μόνοι, αλλά και συνδεδεμένοι ταυτόχρονα! πχ δεν νιώθουμε μοναξιά ενώ είμαστε μόνοι στο μέσο της Σαχάρας (απομονωμένοι, αλλά όχι μόνοι). Σας προσθέτω ότι υπάρχουν και διαδικασίες στον ψυχισμό μας, που ζητούν να μείνουμε μόνοι και να τα βρούμε με τον εαυτό – Εαυτό μας ή μπορούμε να είμαστε μόνοι με τον εαυτό μας μέσα σε ένα πλήθος 1.000.000 ανθρώπων!

Αυτή είναι η ενηλικίωση ως εξατομίκευση, όπου η σχέση με το ιερό είναι πάντα ζητούμενο! Το ιδανικό είναι να μπορείς να είσαι και μόνος και ελεύθερος! Κατά την μοναξιά εμφανίζονται σκέψεις οδυνηρές, ανυπόφορες. Όμως, μπορείτε να τις αντικρούσετε ως εξής: όποτε η ΑΠΟΔΟΧΗ της απομόνωσης μας φέρνει σε επαφή με τον βαθύτερο εαυτό μας, βιώνουμε τον χρόνο πληρέστερα, παρατηρούμε καλύτερα και εκτιμούμε τα μικρά και τα ασήμαντα – τα τετριμένα. Μπορούμε να λέμε ανακουφιστικά: δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν ότι αγαπώ όσα είμαι, αγαπώ όσα έχω και είμαι ευγνωμοσύνη! Το ιδανικό είναι να επιδιώκουμε την γόνιμη και δημιουργική επικοινωνία, όπου επικοινωνώ = άρα ΥΠΑΡΧΩ!

Εναπόκειται στον κάθε άνθρωπο κατά πόσο θα συμφιλιωθεί με τον εαυτό του και τη μοναξιά, πως θα την βιώσει και πως θα την μετουσιώσει! πχ κάνοντας χρήσιμα και δημιουργικά πράγματα, όπως την εργασία του ή φροντίζοντας

άλλους ή ασχολούμενος με την τέχνη (ζωγραφική, μουσική, χορό κλπ). Η Δημιουργικότητα μας ολοκληρώνει, γιατί χτυπάει την πόρτα του Ανώτερου Θεϊκού Εαυτού μας και εξασκεί τα μέρη μας που χρειάζονται αφύπνιση! Κατά ταύτα, μπορούμε να αναζητούμε αντίδοτα της μοναξιάς στις υπαρξιακές παρηγορίες, όπως: Η ΘΡΗΣΚΕΙΑ, Η ΦΙΛΟΣΟΦΙΑ, Η ΕΠΙΣΤΗΜΗ, Η ΤΕΧΝΗ, Ο ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ! Ο ΥΓΙΗΣ ΕΣΩΤΕΡΙΣΜΟΣ είναι η μεγαλύτερη από όλες και βοηθά περισσότερο από όλες! Λοιπόν, είναι ευχής έργο αν ασχοληθείτε μαζί του!

Η απασχολησιοθεραπεία – εργασιοθεραπεία και η ανάγνωση βιβλίων όπως και η γραφή των ελεύθερων συνειρμών μπορούν να χρησιμοποιούνται ως αντίδοτα της μοναξιάς. Παρεμπιπτόντως: εργασία = αυτοπεποίθηση + αυτοεκτίμηση = αξιοπρέπεια! Τέλος, σας προσθέτω ότι το κοινωνικό πρόσχημα μίας ιδεολογικής ένταξης χρησιμοποιείται συχνά από τους ανθρώπους για να αισθάνονται περισσότερο δυνατοί και ΛΙΓΟΤΕΡΟ ΜΟΝΟΙ! Η ιδεολογία (ψευδαισθηση) είναι παρηγοριά!

Η αποδοχή της μοναξιάς είναι μεγάλο επίτευγμα της ανθρώπινης ανάπτυξης! Μοναξιά δεν σημαίνει υποχρεωτικά απομόνωση και σε καμία περίπτωση η μοναξιά δεν είναι υποχρεωτικά δυστυχία, αρκεί κάποιος να έχει συμφιλιωθεί με τον εαυτό του! Έτσι, ανοίγεται ο δρόμος προς την αυτοκαλλιέργεια! Ένας καλλιεργημένος ψυχισμός έχει την απαραίτητη εκείνη ακτινοβολία που θα προσελκύει τους άλλους! Ως εκ τούτου, οι δυσάρεστες συνέπειες της μοναξιάς θα εξαφανιστούν και θα παραμείνει μόνο η ανάγκη για αυτοσυγκέντρωση, που είναι η ανάγκη της μοναχικότητας! Και τελικά η μοναξιά μετουσιώνεται σε μοναχικότητα, οπότε μπορείς να επιλέξεις αν θα εφαρμόζεις το ακόλουθο αξίωμα: «αν η παρέα σου δεν είναι πρώτης ποιότητας για σένα, τότε καλύτερα να είσαι μόνος!» Αυτό είναι ο αυτοσεβασμός και σωστή αυτοδιάθεση!

Η δυνατότητα της απομόνωσης είναι ελευθερία! Διότι αν σου είναι αδύνατον να ζήσεις μόνος, έχεις γίνει κάτι σαν σκλάβος. Οι άνθρωποι στην κατάσταση αυτή δεν ξέρουν τι να κάνουν όταν μένουν μόνοι! Έτσι, η μοναξιά είναι σαρκοβόρος – σπαρακτική. Αντίδοτο σε αυτά είναι τα εξής: είναι σημαντικό να ξέρεις ποιος είσαι και να αποδέχεσαι τον εαυτό σου και την αξία του! σε αυτό βοηθάει η ψυχοθεραπεία, είτε συμβατική, είτε εσωτερική.

Τέλος, σας αναφέρω ότι οι μνημένοι στον εσωτερισμό, μέσω της σχέσης τους με το Πνεύμα, δηλαδή τον Θεό, αποκτούν την επίγνωση ότι δεν είναι ποτέ μόνοι! Δεν είναι ποτέ μόνοι διότι έχουν συνεχή επικοινωνία και συμπάρσταση **με** και **από** τις Πνευματικές Οντότητες που αγαπούν και τους αγαπούν! Ιδού λοιπόν ένας καλός λόγος για να συμμετέχετε σε ομάδες εσωτερικής αυτογνωσίας και ψυχοθεραπείας ή να συναντάτε ανθρώπους υψηλού κραδασμικού βεληνεκούς!

Αποτελεί πηγή αστείρευτης ελπίδας και ηθικής υποστήριξης η προσφυγή στις οντότητες που αποτελούν το Πνεύμα μέσα από τις ανώτερες πνευματικές επικοινωνίες (διαυλισμός = channelings). Πρόκειται για αποκαλύψεις – ξεσκεπάσματα Αληθειών για βοήθεια του ανθρώπου! Επίσης, το Πνεύμα βοηθάει με απaráμιλλης ακρίβειας διαγνώσεις και με απίστευτης αξίας θεραπευτικές υποδείξεις! Ένα παράδειγμα όλων αυτών είναι το παρόν βιβλίο. Η βοήθεια του Θεού και η Αγάπη Του εκδηλώνονται στον άνθρωπο δια του συνανθρώπου του και με τις ανώτερες πνευματικές επικοινωνίες (αποκαλύψεις – ξεσκεπάσματα)!

## ΠΡΑΚΤΙΚΕΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ

**α)** Εφαρμόζετε τα συνειδησιακά εργαλεία και τις ψυχικές γομολάστιχες που αναφέρονται σε αυτό το βιβλίο, ΓΙΑ ΝΑ ΑΠΑΛΥΝΕΤΕ ΤΟΝ ΠΟΝΟ ΤΗΣ ΜΟΝΑΞΙΑΣ! Γενικότερα, με το βιβλίο αυτό οι Έλληνες θα γνωρίζουν πώς να διαχειρίζονται το στρες της καθημερινότητας και να απολαμβάνουν καλύτερα τη ζωή τους, διότι θα επιτυγχάνουν ψυχοσωματική ανθεκτικότητα! Έτσι, θα αποκτάται ένα πνεύμα αντοχής και ανθεκτικότητας!

**β)** Επίσης, χρησιμοποιείτε ως αντίδοτα της **μοναξιάς** τους εξής ενεργειακούς διακόπτες, ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΣΚΕΠΤΕΣΤΕ ΤΗΝ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΩΝ ΛΕΞΕΩΝ:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Κυκλοφορήστε.....πολλές επαναλήψεις
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Να είστε.....πολλές επαναλήψεις

Χάριν παραδείγματος σας δίνω και τα εξής αντίδοτα–ενεργειακούς διακόπτες:

\* Σε **υπέρταση** λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Καλύψτε.....πολλές επαναλήψεις

Η υπέρταση οφείλεται σε χρόνια απωθημένη εχθρότητα–επιθετικότητα (θυμός), δηλαδή σε φόβους που διαταράσσουν την ενεργειακή ισορροπία ανάμεσα στο Γιν και στο Γιανγκ του συγκεκριμένου οργανισμού!

Το Γιν είναι η θηλυκή αρχή, η παθητική δύναμη – ενέργεια μέσα μας. Το Γιανγκ είναι η αρσενική αρχή, η ενεργητική δύναμη σε κίνηση μέσα μας. Ο ανεκδήλωτος θυμός ενεργεί ως συσσωρευτής ενέργειας Γιανγκ μέσα μας. Με αποτέλεσμα την υπέρταση.

Οι λέξεις *μαζί με το καλό* και *καλύψτε* επαναλαμβάνόμενες πολλές φορές αποκαθιστούν αυτή την ενεργειακή ισορροπία, όπως επίσης η γιόγκα, η ρεφλεξολογία και ο βελονισμός! Επίσης, η ομοιοπαθητική θεραπεία δρα εξισορροπητικά, όταν είναι επιτυχώς στοχευμένη!

Τέλος, η ακόλουθη μέθοδος: οραματιζόμαστε ότι ο Ήλιος, με το χριστόγραμμα ΧΡ στο πάνω μέρος του, είναι εγκατεστημένος στο 4<sup>ο</sup> chakra της καρδιάς μας. Οραματιζόμαστε επίσης ότι ο Ήλιος, με το χριστόγραμμα ΧΡ στο πάνω μέρος του, είναι εγκατεστημένος στο 3<sup>ο</sup> chakra μας, πάνω από τον αφαλό. Τοποθετούμε τη δεξιά μας παλάμη στο 3<sup>ο</sup> chakra και την αριστερή μας παλάμη πάνω στο 4<sup>ο</sup> chakra μας. Ακολουθώντας επαναλαμβάνουμε 9 φορές το ΠΑΤΕΡ ΗΜΩΝ!

SOS: αυτή η μέθοδος ΧΡΗΣΙΜΕΥΕΙ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ!

Τι ίδιο ισχύει και όταν λέτε επαναληπτικά τις εξής λέξεις: μαζί με το καλό –

ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε!

\* Σε **κατάθλιψη** λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Όρθιος.....πολλές επαναλήψεις
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Καλύψτε.....πολλές επαναλήψεις

Ο ΚΟΙΝΟΣ ΠΑΡΟΝΟΜΑΣΤΗΣ ΟΛΩΝ ΣΤΟ ΣΥΜΠΑΝ ΕΙΝΑΙ Η ΕΝΕΡΓΕΙΑ! Όλη η ενέργεια έχει Συνείδηση και μπορεί να είναι νοήμων! Ούτε η ενέργεια, ούτε η Συνείδηση καταργούνται, αλλά μπορούν να αλλάζονται, να μεταβάλλονται δονητικά! Η ενέργεια αποτελεί το υπόβαθρο της Δημιουργίας και μπορεί να κατευθύνεται με λέξεις – σκέψεις!

**γ)** Αφήστε το σώμα σας ελεύθερο και παραδοθείτε στον πόνο της απώλειας και στον φόβο της μοναξιάς! Αποδεχτείτε αυτό που σας συμβαίνει! Μπορεί να νιώσετε μία πρωτόγνωρη εμπειρία! Μπορεί να νιώσετε μία απεριγράπτη ψυχική γαλήνη με αυτό τον τρόπο! Ακολουθώ κάνετε τον πόνο σας Αγάπη, δηλαδή κατανόηση, συμπόνια και έλεος για τον εαυτό σας και για τους άλλους! Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Το έλεος είναι ευγενής πράξη!

**δ)** Αντιδότηση άγχους – έντασης – αγωνίας :

- Παίρνουμε βαθιά εισπνοή και κρατάμε την αναπνοή μας όσο δεν πάει άλλο! Τότε εκπνέουμε και χαιρόμαστε την επόμενη εισπνοή!

Επαναλαμβάνουμε αυτή την πρακτική μέχρις ότου ανακουφιστούμε!

Slogan: αν θέλετε να απολαμβάνετε την ζωή, απολαύστε την αναπνοή σας!

Μπορείτε επίσης να κάνετε τα εξής:

-Οραματίζεσθε το θεραπευτικό, σμαραγδένιο *φιδάκι* του Διός Υψίστου στην καρδιά σας, προκειμένου να χαλαρώσει η ψυχική ένταση (stress) και η στεναχώρια-άγχος!

-Ταυτόχρονα οραματίζεσθε ότι ένα σύννεφο σμαραγδένιας, θεραπευτικής ενέργειας του θεραπευτή του Θεού ΑΑ Ραφαήλ σας περιβάλλει και σας διαποτίζει!

-Όσο περισσότερο διαρκεί το όραμα, τόσο το καλύτερο για εσάς!

Μπορούμε τέλος να χρησιμοποιούμε την εξής μέθοδο, που είναι ΧΡΗΣΙΜΗ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ:

Οραματιζόμαστε ότι ο Ήλιος είναι εγκατεστημένος στο 4<sup>ο</sup> chakra της καρδιάς μας, με ένα χριστόγραμμα (ΧΡ) στο πάνω μέρος του. Οραματιζόμαστε ότι ο Ήλιος είναι επίσης εγκατεστημένος στο 3<sup>ο</sup> chakra μας, πάνω από τον αφαλό, στο ηλιακό μας πλέγμα, με ένα χριστόγραμμα (ΧΡ) στο πάνω μέρος του. Τοποθετούμε την δεξιά μας παλάμη στο 3<sup>ο</sup> chakra και την αριστερή μας παλάμη μας πάνω στο 4<sup>ο</sup> chakra μας. Ακολουθώ, επαναλαμβάνουμε εννέα (9) φορές το ΠΑΤΕΡ ΗΜΩΝ!

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΣΗΜΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΕΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΓΙΑ

## ΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΝΟΗΜΟΣΥΝΗΣ–ενσυναίσθησης:

Ο άνθρωπος δεν πρέπει μόνον να αισθάνεται, αλλά και να συναισθάνεται! Να μπορεί να έρχεται στη θέση του άλλου! Καλλιεργείτε την ικανότητά σας να αγαπάτε και να νοιάζεστε για τους άλλους, για όλα τα ζωντανά πλάσματα (ανθρώπους, ζώα, φυτά) και για τη Γη μας. Να αισθάνεστε αλληλέγγυοι! Στα πλαίσια αυτά, η Αγάπη μπορεί να διεκδικείται είτε σαρκικά, είτε πνευματικά. Ο δε Έρωσ μπορεί να είναι είτε θεϊός, είτε βέβηλος. Η επιλογής σας ανήκει. Υλοποίηση του γήινου ή του θεϊκού ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ; Αυτή είναι η πραγματικότητα που φτιάχνετε εσείς οι ίδιοι. Το ΘΕΙΚΟ ΘΕΛΗΜΑ είναι η Αγάπη!

Η σκληρότητα των προσώπων και η εριστική τους διάθεση (βίαιη επικοινωνία) είναι στάση άμυνας και συνέπεια της μεγάλης μοναξιάς τους. Είναι απεγνωσμένη προσπάθεια επικοινωνίας με τον χειρίστο δυνατό τρόπο! Η στάση εδώ είναι: προκειμένου να μην έχω καθόλου σχέση, προτιμώ να έχω έστω και την κατώτατη δυνατή ποιότητα σχέσης, δηλαδή την κλοτσοπατινάδα, την εριστική διάθεση, ΤΗΝ ΒΙΑΙΗ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ! Η σύγκρουση ισοδυναμεί με ένα σφιχτό αγκάλιασμα! Επικοινωνώ = άρα υπάρχω! Όμως, η βίαιη επικοινωνία δεν μπορεί να αντικαταστήσει το θαύμα της ομαλής ανθρώπινης επικοινωνίας! Λίγο να σκάσουμε και η πληγωμένη προσωπικότητά τους έρχεται στο Φως! Εξωτερική σκληρότητα = εσωτερική δυστυχία! Επίσης σκληρός = εύθραυστος! Αντιθέτως, όσοι έχουν ανεπτυγμένο το χιούμορ δεν καταβάλλονται εύκολα, διότι αντιμετωπίζουν τη ζωή όπως έρχεται, χωρίς φίλτρο φόβου! Η ύπαρξη του χιούμορ είναι ένδειξη ψυχικής υγείας – δύναμης – ωριμότητας, και μορφή σύγκρουσης! Είναι επίσης ένδειξη ευφυΐας! Μη χάνετε την αυτοπεποίθησή και το χιούμορ σας ποτέ! Μην το βάζετε κάτω ποτέ!

Κατά τη διάρκεια των καταστροφών, είτε συντρίβεσαι, είτε ξυπνάς! Η επιλογή είναι δική σου!

Αν δεν δοκιμάζεις – αγωνίζεσαι δεν κερδίζεις! Επιδίδεστε στην αναζήτηση ουσιαστικών δεσμών – υγιούς επικοινωνίας!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: μένετε απαθείς στις επιδράσεις του πλήθους και κάνετε ό,τι χρειάζεται να κάνετε ΧΩΡΙΣ ΦΟΒΟ! Η εφαρμογή των προτάσεων αυτού του βιβλίου θα σας δώσει αντοχή στις αντιξοότητες, στις καταστροφές και στις δοκιμασίες κατά την διάρκεια της ζωής σας! Η επανάληψη είναι η μητέρα της μάθησης! Η εξάσκηση θα σας τελειοποιήσει, διότι εξάσκηση σημαίνει λιγότερες αποτυχημένες απόπειρες (practice makes perfect)!

SLOGAN: ΠΩΣ ΘΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΕΙΣ ΤΟ «ΚΑΛΟ» ΑΝ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΣ ΔΕΝ ΕΧΕΙΣ ΓΝΩΡΙΣΕΙ «ΚΑΚΟ»;! Να μη βάζετε τη χαρά σας στην άκρη περιμένοντας το «κακό» δηλαδή να μην αφήνεστε στην απελπισία- απογοήτευση!

## ΜΕΡΟΣ 1ον

### ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ

#### Εσωτερική εργαλειοθήκη με ΣΥΝΕΙΔΗΣΙΑΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΓΝΩΣΗΣ

##### ΠΡΟΟΙΜΙΟΝ

Τα συνειδησιακά εργαλεία ή εργαλεία γνώσης σας βοηθούν να απελευθερώνεται και να ενεργεί αποτελεσματικά η εσωτερική σας ΔΥΝΑΜΗ! Διαλέξτε ποια απ' αυτά σας φέρνουν τα καλλύτερα αποτελέσματα και δώσετε έμφαση σ' αυτά, χωρίς να παραμελείτε τα υπόλοιπα!

Όλα αποδίδουν καλύτερα όταν αναφέρονται φωναχτά! Τα συνειδησιακά Πνευματικά εργαλεία που σας δίνω είναι θετικές, πολύ δυνατές ενισχύσεις του ποιοι είστε πραγματικά, ΑΛΗΘΙΝΑ! Δεν υπάρχει πιο σημαντική επιρροή επάνω σας από την δική σας φωνή και Συνείδηση! Να δηλώνετε τι είστε ΦΩΝΑΧΤΑ, ΝΑ ΠΡΟΣΕΧΕΤΕ ΤΙ ΛΕΤΕ! Να δομείτε αυτό που λέτε στο σώμα σας με θετικό τρόπο, που είναι δήλωση του ποιοι είστε ΑΛΗΘΙΝΑ!

Αρχίστε λοιπόν να δηλώνετε φωναχτά ποιοι είστε! Διότι ό,τι ακούει ο εγκέφαλος, ΑΥΤΟ ΚΑΝΕΙ!

Γενικά, κατά τις εφαρμογές όσων σας λέγω, η ανάμνηση της ευεργετικής εμπειρίας σας να σας εμπνέει και να σας κινητοποιεί κάθε φορά που χρειάζεται στο μέλλον.

ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΑΞΙΑΣ: ΓΙΑ ΑΚΟΜΗ ΚΑΛΥΤΕΡΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ, να απαγγέλλετε τραγουδιστά όλες τις θετικές δηλώσεις – συνειδησιακά εργαλεία, που θα απαντάτε σε αυτό το βιβλίο! Είναι πολύ σημαντικό να ακούμε τον εαυτό μας, η επίγνωσή μας βαθαίνει με αυτόν τον τρόπο. Κατά την πορεία αυτήν, τίποτα δεν συγκρίνεται με την ΕΜΠΕΙΡΙΑ! Η Γνώση – Συνείδηση αποκτάται είτε ως κατανόηση, είτε ως κατανοούμενη μετοχή (βιωμένη εμπειρία). Κατά την πορείαν αυτήν, τόσο το καλό όσο και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε! Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι. Το κακό να ΜΕΤΟΥΣΙΩΝΕΤΑΙ σε καλό. Η μεγάλη τέχνη είναι να κάνεις τα πικρά γλυκά, να μην είσαι μέσα στη συντριβή, αλλά να μεταμορφώνεις το σκοτάδι σε Φως! Θα λέγεις: αγαπώ το σκοτάδι μου και το αποδέχομαι πλήρως, το συν-χωρώ, το μετουσιώνω και ανεβάζω τη συχνότητα της δόνησής του ώστε να γίνει ΦΩΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ! Εξάλλου και το σκοτάδι, λιγότερα φως είναι. Η ανιδιοτελής Αγάπη, χωρίς ίχνος επιθυμίας, είναι Φως!

Έχει παρατηρηθεί ότι το μαρτύριο άλλους τους συνθλίβει και άλλους όχι, αντιθέτως. Κατά ένα παράξενο τρόπο το μαρτύριο μπορεί να έχει ευεργετικές συνέπειες για την ψυχή! Ο πόνος χτίζει αληθινούς ανθρώπους, όταν αυτοί γεμίζουν με κατανόηση και Αγάπη από τις συμφορές και τα δύσκολα και όχι με φθόνο και με μίσος για τον διπλανό τους επειδή αυτός περνάει καλύτερα. Οι μεγάλες δυσκολίες – δοκιμασίες αφορούν μεγάλες και δυνατές ψυχές, δηλαδή σημειωτέον ότι δίδονται οι προκλήσεις που αντέχουμε κάθε φορά.

Κανένας δεν ξέρει ποιος πραγματικά είναι, παρά μόνο αν βρεθεί σε ακραίες συνθήκες επιβίωσης. Έτσι η ζωή παίρνει αξία με τα βάσανα! Στα πλαίσια αυτά, η μήτρα που μας κυοφόρησε λειτουργεί σαν σύμπαν για εμάς και το σύμπαν που μας περιβάλλει λειτουργεί σαν μήτρα για εμάς!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: η μήτρα ως σύμπαν και το σύμπαν ως μήτρα! Στα πλαίσια αυτά, κάνετε ΑΠΟΔΟΧΗ, δηλαδή αρνείσθε να ψάχνετε απλώς έναν τρόπο για να απαλλάξετε τον εαυτό σας και να φορτώσετε κάπου αλλού την ευθύνη ή την εξήγηση των προβλημάτων σας!

ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ με όλα αυτά χαμογελάτε γλυκά στον Εαυτό – εαυτό σας! Αν υπάρχει αντίσταση σε αυτό και δεν μπορείτε να το κάνετε, τότε δοκιμάστε το εξής: τοποθετήστε ένα στυλό ή ένα μολύβι ανάμεσα στα δόντια της άνω και της κάτω γνάθου σας, ούτως ώστε να χείλη σας να ανοίγουν υποχρεωτικά σαν σε χαμόγελο! Με αυτόν τον τρόπο επηρεάζεται ευνοϊκά ο εγκέφαλος σας, ούτως ώστε σταδιακά θα μάθετε να μπορείτε να χαμογελάτε ή και να γελάτε όποτε θέλετε! Παρεμπιπτόντως σας προσθέτω και τα εξής: Για να ανοίγει η καρδιά σας ΧΑΜΟΓΕΛΑΤΕ, έστω και προκλητά, όπως προαναφέρθηκε. SLOGAN: ΠΩΣ ΘΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΕΙΣ ΤΟ ΚΑΛΟ ΑΝ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΣ ΔΕΝ ΓΝΩΡΙΣΕΙΣ ΤΟ ΚΑΚΟ;!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ον

Λέγετε, ΦΩΝΑΧΤΑ, ενώπιον του καθρέφτη σας ΚΑΤΑΜΑΤΑ, κατά το ξεκίνημα της ημέρας σας, δηλαδή το πρωί

Να βρίσκεστε ΕΝΩΠΙΟΣ ΕΝΩΠΙΩ με το είδωλό σας στον καθρέφτη σας, ΚΑΤΑΜΑΤΑ, κατά το ξεκίνημα της ημέρας σας (κατά προτίμηση το πρωί) ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΝΕΤΕ ΤΑ ΕΞΗΣ:

**α)** Λέγετε, ΦΩΝΑΧΤΑ – ΤΡΑΓΟΥΔΙΣΤΑ, επαναληπτικά:

**«Εαυτέ μου σε αγαπώ, σε αποδέχομαι, σε εκτιμώ, σε σέβομαι, σε επαινώ και σε ευλογώ ΟΠΩΣ ΕΙΣΑΙ και με τα θετικά σου και με τα αρνητικά σου! Σου αξίζει κάθε δόξα, τιμή και προσκύνηση!»** Η προσκύνηση αναφέρεται στο Θεό που έχουμε μέσα μας! **«Εαυτέ μου είναι αδύνατον να ζήσω χωρίς εσένα, Ψυχή μου σε αγαπώ, Ψυχή μου σε αγαπώ, Ψυχή μου σε αγαπώ»!** Η Ψυχή μας έχει ανάγκη από την Αγάπη μας, όπως κάθε μητέρα έχει ανάγκη από την Αγάπη του παιδιού της! Ο μικρός, γήινος εαυτός μας είναι το παιδί, το δημιουργήμα της Ψυχής μας!

Για να φροντίζεις τον εαυτό σου πρέπει πρώτα να τον αγαπάς! Αγαπώ τον εαυτό μου σημαίνει ότι του προσφέρω το δικαίωμα της αποδοχής, της ανάπτυξης, της ολοκλήρωσης! Σημαίνει επίσης ότι αποδέχομαι να είμαι ολόκληρος/η μετουσιώνοντας όλα τα εσωτερικά εμπόδια (καταστάσεις φωτογραφίας Α) προς την κατεύθυνση της κατάστασης φωτογραφίας Β! Αποδέχομαι όσα είμαι χωρίς κρίση και επίκριση!



ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: Αγαπώ = θέλω να σου κάνω καλό! Το καλό είναι ότι προάγει και υπηρετεί τη ζωή! Το κακό είναι το ακριβώς αντίθετο.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ: Εσύ είσαι ο δημιουργός του εαυτού σου, είτε προς την κατάσταση φωτογραφίας Α, είτε προς την κατάσταση φωτογραφίας Β! Εμείς σκηνοθετούμε το έργο της ζωής μας! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη να πάνε μαζί!

Παρέχω υπηρεσία στο Σύμπαν, δηλαδή το ΟΛΟΝ προκαλεί χαλάρωση – αγαλλίαση – πληρότητα (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Εάν κάποιος μείνει πίσω θα είναι γιατί το επέλεξε. Η πληροφορία αυτή είναι που γεννά πραγματικότητες. Όταν παρέχουμε εθελοντικά υπηρεσία προς τον συνάνθρωπο ή προς το σύνολο, τότε ανακαλύπτουμε τον καλύτερο εαυτό – Εαυτό μας! ΥΠΗΡΕΣΙΑ = η συμπόνια και το έλεος στην πράξη!

**β)** Λέγετε, ΦΩΝΑΧΤΑ – ΤΡΑΓΟΥΔΙΣΤΑ, επαναληπτικά:

**«Συν-χωρώ με Αγάπη και Στοργή και απελευθερώνω όλο μου το παρελθόν! Επιλέγω και θέλω να γεμίζω τον κόσμο μου με χαρά! Αγαπώ, αποδέχομαι και επιδοκιμάζω τον εαυτό μου! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι η σημερινή ημέρα είναι η καλύτερη ημέρα της ζωής μου»!** Κάθε πρωί, μετά τα προαναφερθέντα λόγια ενώπιον του καθρέφτη σας, θα προσθέτετε τα εξής: **«Σύμπαν, δηλαδή Θεέ μου μέσα μου και γύρω μου, σήμερα ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ, ΓΙΑ ΕΜΕΝΑ, ΗΜΕΡΑ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΜΟΥ»!** *Θεοί εστέ εν εμοί τω Θεώ!* Δείχνετε σεβασμό στο Θεό που είστε επί της Γης! Μετατρέπετε το εν δυνάμει μέσα σας σε εν ενεργεία! Όταν σας αποδοκιμάζουν ή όταν αυτό-κατηγορείσθε μπορείτε να χρησιμοποιείτε τα προαναφερθέντα συνειδησιακά εργαλεία. Είμασθε Θεϊός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Σημείωση: αυτό που επιλέγεις, αυτό θα πάρεις! Έτσι λειτουργεί το Σύμπαν!

Να σέβεσαι και να τιμάς αδιαλείπτως τον Θεό που έχεις μέσα σου! Θεοί εστέ εν εμοί τω Θεώ ή αλλιώς, είστε ένα αναπόσπαστο κομμάτι του Θεού. Οι άνθρωποι είναι όπως έχουν συνηθίσει να νομίζουν ή πιστεύουν ότι είναι. Γι' αυτό, να προσέχετε τι πιστεύετε ότι είστε. Αν πιστεύετε ότι είστε σκύβαλα, θα είστε σκύβαλα και θα σας φέρονται σαν να είστε σκύβαλα!

Ενεργοποιήστε την εσωτερική σας φλόγα. Το Φως ενυπάρχει μέσα σας! Το εσωτερικό σας Φως που σας βοηθά να επικοινωνείτε με το θείον! Η συνειδητότητα είναι Φως! Εσείς είστε η πραγματικότητα και η πραγματικότητα λέγει: ο Χριστός είναι στη Γη και ο Χριστός είσαι ΕΣΥ! Εσύ είσαι ο Χριστός στη Γη! Ο ημίν Χριστός. Να συνειδητοποιήσεις αυτό που είσαι. Η Συνείδηση είναι πάντα που κάνει τη διαφορά. Αγαπάτε τον Θεό που είστε. Μην ξεχνάτε ότι είστε ο θεός στη Γη και ότι μέρος της θειότητας σας είναι το ιερά σας σώμα – σήμα. Ζείτε και κινείσθε μέσα στη θεία ύπαρξη, ως κομμάτι της κι εσείς. Επιλέξτε αυτά που αληθινά είστε, όπως παραπάνω, ούτως ή άλλως είσαι αυτό που επιλέγεις να είσαι! Έτσι, πραγματοποιείται η σχέση μας με την αόρατη και εσωτερική πλευρά της ζωής. Αυτή είναι η μεταφυσική επιστήμη, όπου μεταφυσικό σημαίνει να ξεπερνάς το φυσικό μέχρι την πνευματική αιτία που βρίσκεται πίσω από αυτό! Αυτή είναι η σχέση μας με την αόρατη και εσωτερική πλευρά της ζωής την οποία δίδαξε ο Πυθαγόρας! Κατά τη διάρκεια αυτής της πνευματικής περιπέτειας της ζωής ανακαλύπτουμε ποιο είμαστε αληθινά. Ο άνθρωπος είναι πεδίο οντοφανείας και θεοφανείας! Είναι ένα ζώνον το οποίο μπορεί να αυτό-εξημερώνεται και να αυτό-θεώνεται συνειδητά. Κατά την πορεία αυτήν, το σύνολο των εσωτερικών αισθήσεων καλείται εξωαισθητηριακή αντίληψη ή διαίσθηση. Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας, δηλαδή Ο,ΤΙ ΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΣΤΕ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ

ΠΡΙΝ ΑΠ' ΟΛΑ ΤΑ ΚΥΤΑΡΑ ΜΑΣ!

**γ)** Όταν λέτε στον εαυτό σας ενώπιον του καθρέφτη ότι τον αγαπάτε, θα παίρνετε Αγάπη πίσω σε εσάς!

Χαρά μη παρεχομένη, είναι χαρά μη παρερχομένη!

Αν δεν έχεις κάποιον να σε αγαπήσει όπως θέλεις, τότε αγάπησε εσύ ο ίδιος τον εαυτό σου όπως θέλεις!

Οραματίζεστε ότι χαϊδεύετε τον εαυτό σας, ότι φιλάτε γλυκά και τρυφερά τον εαυτό σας, ότι γεύεστε τον εαυτό σας με φιλιά, ότι οσμίζεστε τον εαυτό σας, ότι ακούτε τον εαυτό σας να σας μιλάει με λόγια Αγάπης! Τα θετικά αποτελέσματα θα σας εκπλήξουν! Συμπέρασμα-Slogan: **ΚΑΝΕ-ΔΩΣΕ ΣΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ ΟΣΑ ΣΤΕΡΗΘΗΚΕΣ!**

**δ)** Αν δεν αντέχετε να εφαρμόσετε τα προηγούμενα, κατά τα γνωστά, τότε κάνετε σταδιακή προσέγγιση εξοικείωσης στο κοίταγμα του εαυτού σας στον καθρέφτη σας ως εξής: κοιταχτείτε την 1η φορά επί 10", την 2η φορά επί 20", την 3η φορά επί 30", την 4η φορά επί 40" κοκ, μέχρις ότου μπορέσετε να επιτύχετε το ζητούμενο! Με την εξάσκηση γενικότερα, θα καταφέρετε να κοιτάζετε στον καθρέφτη σας και να βλέπετε τον Θεό μέσα στα δικά σας μάτια και να αποδέχεστε αυτή τη χαρά με ευκολία! Αυτό θα σηματοδοτήσει το ύψος της ενδυνάμωσής σας και θα είναι το ΑΛΗΘΙΝΟ ΕΣΕΙΣ, οπότε όταν η ψυχή θέλει, το σώμα - σήμα της ακολουθεί! Όπου, ΑΛΗΘΙΝΟ = το αιώνιο ισχύον!

Το ζητούμενο στη ζωή είναι να βρούμε τη χρυσή τομή ανάμεσα στη γήινη πραγματικότητα και την πνευματική αλήθεια. Είναι μία πρόκληση διεύρυνσης της αντίληψης, δηλαδή να μεγαλώσουμε ψυχικά! Κάθε άνθρωπος φέρει μέσα του τη θεία παρουσία και αγάπη!

Το πρώτο έργο του καθενός είναι να ΜΑΘΕΙ ΠΟΙΟΣ ΕΙΝΑΙ, για να μπορεί να φροντίζει τον εαυτό του! Επίσης η αυτό-κατάφαση προϋποθέτει αυτογνωσία!

Γενικότερα, στην προσπάθειά του ο άνθρωπος να βρει ποιος είναι και να ανακαλύψει-αποκτήσει εσωτερικά στηρίγματα, μπορεί να προσφεύγει στα συνειδησιακά εργαλεία και στις ψυχικές γομολάστιχες τις οποίες σας προτείνω! Να θυμάστε ότι ΕΙΣΤΕ ΘΕΟΣ ΕΠΙ ΤΗΣ ΓΗΣ! Κατανοείστε τούτο και γειώστε- - υλοποιείστε το, που σημαίνει υλοποιείστε αυτό - βιώστε αυτό! Εκδηλώστε αυτό που είστε, δηλαδή τον Θεό που θέλετε να εκφράσετε! Ο καθένας εκφράζει την ποιότητα της θεότητας την οποία έχει! Την ύψιστη Αλήθεια που έχει ο καθένας μέσα του, την βιώνει-αντιλαμβάνεται μέσα από την θεϊκότητά του! Θεός επί Γης είναι ο άνθρωπος που ορίζει την αντίληψή του και τον εαυτό του, άρα και όλα γύρω του! Είναι αυτός που αλλάζει τα δεδομένα!

Ο άνθρωπος - θεός επί της Γης είναι σε θέση (δύναται) να αλλάζει τα δεδομένα μέσα του και γύρω του. Θεοί εστέ εν εμοί τω Θεώ ή αλλιώς, είστε ένα αναπόσπαστο κομμάτι του Θεού. Ο άνθρωπος είναι «κεκελευσμένος» Θεός. Είμαστε Θεός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Με ακαταδάμαστο το φρόνημα και σώφρονα την κρίσιν = ο άνθρωπος - θεός στη Γη. Ο άνθρωπος που δεν είναι θεός στη Γη είναι εκείνος που δεν αναγνωρίζει την θειότητά του, ως ανωτέρω. Επίσης, δεν την έχει αναδείξει συνειδητά, εκούσια - ηθελημένα.

Ενθυμηθείτε ότι είστε ο θεός στη Γη! Αλλάξτε το επίπεδο της συνείδησής σας στο υψηλότερο! Αναγνωρίστε την ταύτισή σας με το θείον και βαδίστε με την επίγνωση ότι είστε ο θεός στη Γη! Ο άνθρωπος είναι «κεκελευσμένος» θεός! Να

θυμάσθε ότι: η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας (etat d' esprit, state of mind), δηλαδή Ο,ΤΙ ΣΚΕΠΤΟΜΑΣΤΕ ΚΑΙ ΑΙΣΘΑΝΟΜΑΣΤΕ ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΠΡΙΝ ΑΠ' ΟΛΑ ΤΑ ΚΥΤΤΑΡΑ ΜΑΣ! Επίσης, έτσι νιώθει την χαρά της αυτό-εκπλήρωσης, δηλαδή νιώθει γεμάτος!

Έχει πολύ μεγάλη σημασία να ξέρουμε γιατί κάνουμε ό,τι κάνουμε! Να έχετε στόχους! Να ξέρετε γιατί τρέχετε, διότι το μέλλον ανήκει σε όσους το προετοιμάζουν με κατάλληλη γνώση, με φαντασία δημιουργική και ενεργητικότητα ακούραστη! Στόχος χωρίς σχέδιο δράσης για την επίτευξή του, είναι απλώς ευχολόγιο!

Σε όλα αυτά, καθώς και για να έρχεστε στο κέντρο σας, ώστε να λειτουργείτε ατάραχοι ως αμέτοχος, ουδέτερος, παρατηρητής, βοηθούν τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας παρουσιάζω. Το κέντρο μας είναι αυτό που πραγματικά είμαστε, δηλαδή η ΕΓΩ ΕΙΜΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑ μας! Η πνευματική Μονάδα μας, η ρίζα μας στον χώρο-χρόνο! Δείτε παρακάτω την σχετική εικόνα που δείχνει το ενεργειακό σύστημα του ανθρώπου.

Να μην παίρνετε τα προβλήματα της ζωής σας (ζητήματα) προσωπικά και κατάκαρδα, αλλά να στέκεστε αποστασιοποιημένοι ως ουδέτερος – αμέτοχος παρατηρητής! Να παρατηρείτε – παρακολουθείτε χωρίς κρίση. Να είστε Παρατηρητής και ταυτόχρονα δραστικό υποκείμενο, ΜΕ ΣΘΕΝΟΣ ΚΑΙ ΚΑΡΤΕΡΙΑ! Μένετε και κρατείτε! Μην τα παρατάτε ποτέ. Προσπαθείτε να υπερिशύετε ότι κι αν συμβαίνει και μην παραιτήσθε ποτέ όποια κι αν είναι τα εμπόδια με ρεαλισμό και πάθος!

Να σέβεστε και να τιμάτε αδιαλείπτως τον Θεό που έχετε μέσα σας. *Θεοί εστέ εν εμοί τω Θεώ!* Η στάση σας να είναι η εξής: «δεν με αγγίζουν όσα συμβαίνουν! Είμαι έξω, πέρα και πάνω από όλα αυτά που συμβαίνουν. Δεν με πλήττουν – αγγίζουν οι αντιξοότητες του εξωτερικού κόσμου!», με μία λέξη «δεν επηρεάζομαι!» Η ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΙΚΑΝΟΤΗΤΑ ΝΑ ΜΗΝ ΕΠΗΡΕΑΖΟΜΑΣΤΕ ΑΠΟ ΟΛΑ ΟΣΑ ΣΥΜΒΑΙΝΟΥΝ ΕΙΝΑΙ Η ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ= Η ΑΝΑΛΗΨΗ - ΑΝΑΣΤΑΣΗ

Εξασκηθείτε έτσι ώστε να αδιαφορείτε σε όσα σας ενοχλούν και είναι αδύνατον να αποφεύγονται ή να αλλάζουν. Αυτή είναι η δύναμη του πνεύματος του ανθρώπου που είναι αναγκαία για να αυτοκυβερνάται και για να αυτοδιατίθεται κάποιος! Η εξάσκηση οδηγεί στην τελειοποίηση, διότι η επανάληψη δυναμώνει την συνήθεια. Κατά την διάρκεια αυτή της περιπέτειας της ζωής ανακαλύπτουμε ποιοι είμαστε αληθινά. Ο άνθρωπος είναι πεδίο οντοφανείας και θεοφανείας! ΕΙΝΑΙ ΛΟΓΟΣ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟΣ ΚΑΙ ΑΥΤΟΠΡΟΣΔΙΟΡΙΖΟΜΕΝΟΣ! Μπορείτε να μάθετε να μην επιτρέπετε σε κανέναν να σας ταραξεί, να σας χαλάσει την διάθεση, να σας πτοήσει ή να σας φοβίσει – ταπεινώσει – προσβάλλει (ενοχλήσει) εσωτερικά, δηλαδή να σας δημιουργήσει αίσθημα απώλειας της αυτοαξίας σας! να θυμάστε ότι εσείς σκηνοθετείτε το έργο της ζωής σας! καλλιεργείτε μέσα σας την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης. Τώρα είναι η ώρα της υλοποίησης, γείωσης, πραγμάτωσης!

Μη κρίνεις από την κρίση των άλλων για εσένα, μην αφήνεις τους άλλους να κανονίζουν την ζωή σου! Όσον αφορά την δική σου κρίση, έχε συνεχώς ερωτήματα μέσα σου. Να είσαι αδιάκοπα αναζητητής της ΑΛΗΘΕΙΑΣ = του αιώνια ισχύοντος! Μη χάνεις την προοπτική, διατήρησε την προοπτική σου. Μη χάνεις την αυτοπεποίθηση και την καλή σου διάθεση και το χιούμορ σου ποτέ.

Μη το βάζεις κάτω ποτέ. Να διατελείς μόνιμα στην κατάσταση φωτογραφίας Β. άνοιξε την καρδιά σου, ώστε να μεγαλώσει η ψυχή σου, ώστε να συμπεριλάβει τα πάντα. Από ενσάρκωση σε ενσάρκωση, θα το επιτύχεις σταδιακά. Κατά την πορεία αυτήν, τόσο το καλό όσο και το κακό είναι τρόπος να διδαχτούμε. Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι. Αυτός είναι ο καλύτερος τρόπος ΑΥΤΟΔΙΑΘΕΣΗΣ! Καλλιεργείτε μέσα σας την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης. Αγωνίζεσθε έτσι ώστε να κινείστε πάντα προς τα εμπρός και άνω, όπου ψηλότερα σημαίνει μεγαλύτερα ύψη ΑΓΑΘΟΤΗΤΑΣ!

**SLOGAN: ΠΩΣ ΘΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΕΙΣ ΤΟ ΚΑΛΟ ΑΝ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΣ ΔΕΝ ΓΝΩΡΙΣΕΙΣ ΤΟ ΚΑΚΟ;!**

Γενικότερα, νομίζω ταπεινά ότι σας προσφέρω ένα καταφύγιο, για την ώρα του πόνου! Ταπεινά-με ταπεινοφροσύνη σημαίνει ότι με σεμνότητα αναφέρομαι στην σπουδαιότητα του εαυτού μου, δηλαδή τηρώ το μέτρο και τις αναλογίες!

Βάλτε σαν σκοπό σας να μη μετέχετε στο εκάστοτε δράμα μάταια, δηλαδή χωρίς Νόημα, δηλαδή να μην εμπλέκεστε συναισθηματικά μάταια-χωρίς Νόημα, αλλά να μένετε στην Αγάπη, η οποία είναι ανώτερη Νοημοσύνη! Η αληθινή Αγάπη είναι κατανόηση, κριτική συμπόνια = ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ (ευσπλαχνία) και έλεος! Η νοητική μας ουσία συνδυάζεται με την χάρη και το έλεος! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη να πάνε μαζί. Να λέτε: δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν ότι αγαπώ όσα είμαι, αγαπώ όσα έχω και είμαι ευγνωμοσύνη!

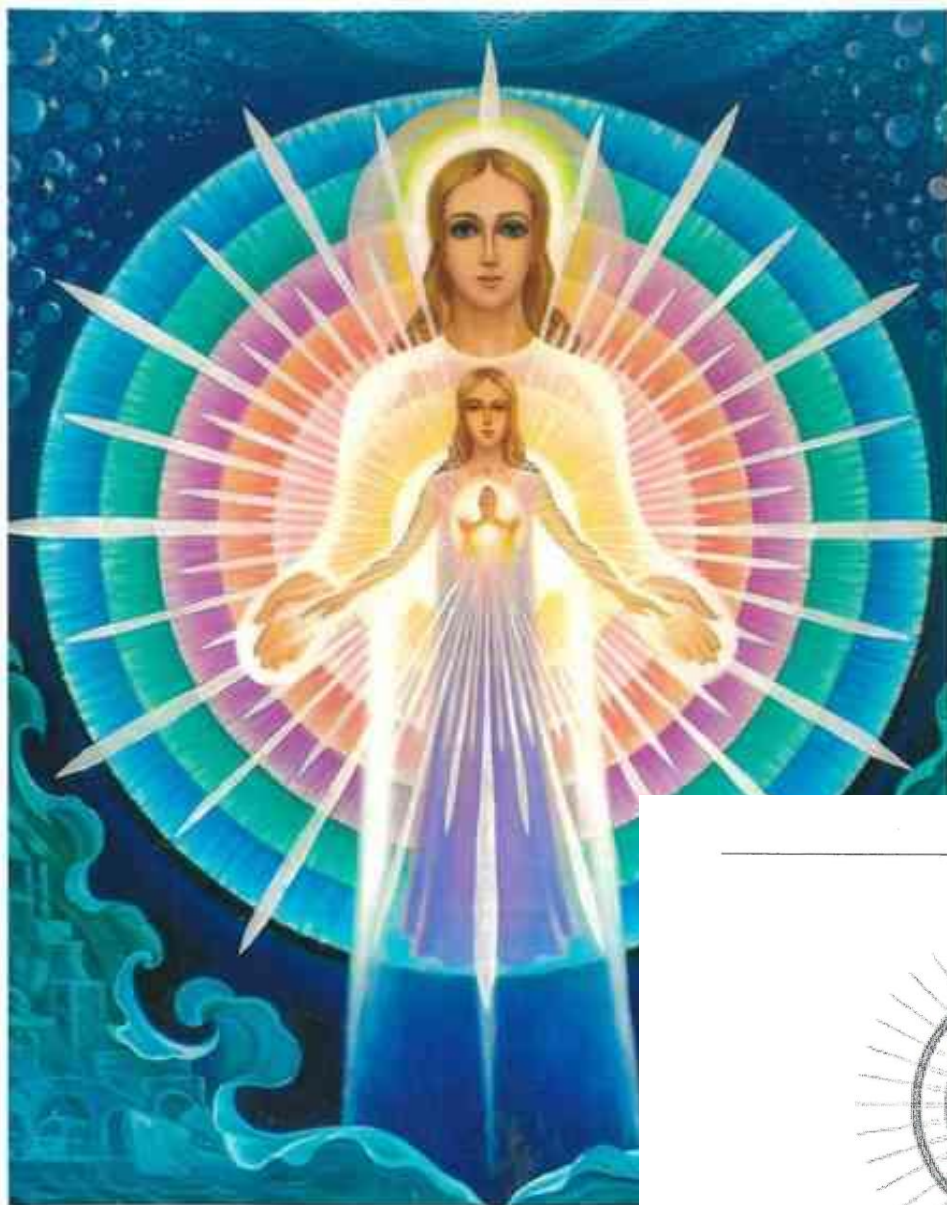
Ο προηγμένος άνθρωπος ως ενεργειακό σύστημα γνωρίζει την χρησιμότητα ή και την αχρηστία των περιπτών συναισθημάτων, διότι χάνει πολύτιμη ενέργεια, όταν μετέχει στο εκάστοτε δράμα μάταια-χωρίς Νόημα! Αυτό ΔΕΝ ΒΟΗΘΑ ΣΕ ΤΙΠΟΤΑ! Τα προαναφερθέντα ισχύουν και για το προσωπικό σας δράμα! Για να γίνονται πράξη όλα τα παραπάνω, χρειάζεται ΕΞΑΣΚΗΣΗ στην εφαρμογή αυτής της στάσης! Στάση = απόφαση και συνέπεια στην εφαρμογή της, όπου αποφασίζω = επιλέγω, δηλαδή για να έχω κάτι, αφήνω κάτι άλλο. Σταθείτε λοιπόν, αγέρωχα μέσα στην Αγάπη και κάνετε αυτά πράξη! Τα υπόλοιπα είναι περιττά!

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Κατά την προσφορά Αγάπης, να προσφέρεται ενέργεια εκ του περισσεύματός μας και όχι από την ζωτική μας ενέργεια.

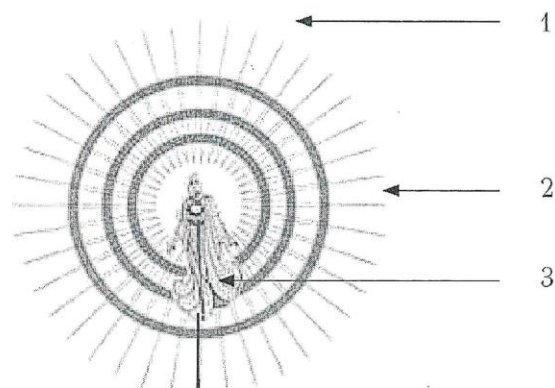
Η ενέργεια είναι πολύτιμη και δεν πρέπει να σπαταλιέται! Είναι σημαντικός ο νόμος της οικονομίας της ενέργειας. Δεν πρόκειται για τσιγκουνιά, αλλά για σοφία και σύνεση. Όταν επιτυγχάνετε αυτήν την οικονομία, το Πνεύμα θα σας ανταποδώσει τα εκατονταπλάσια! Γι' αυτό, υλοποιήστε - γειώστε - πραγματώστε αυτή τη γνώση!

**Slogan:** να ντύνουμε τους γυμνούς χωρίς να γδύνουμε τους ντυμένους! Με ευγενική καλοσύνη!

ΕΠ. 3α

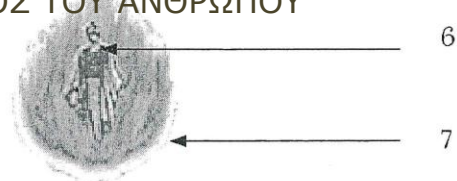
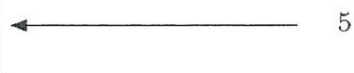
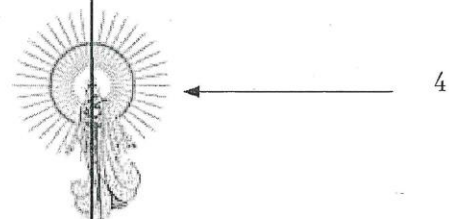


ΙΟΧΡΟΥΝ ΠΥΡ



Η ΙΕΡΗ ΕΝΕΡΓΕΙΑ

Η ακτίνα φωτός που ενώνει την Εγώ Είμι παρουσία με την πηγή της, τη Θεότητα  
Οι επτά ακτίνες (σφαίρες)  
Η Εγώ Είμι Παρουσία  
Ο Χριστικός Εαυτός  
Η αργυρή χορδή  
Το φυσικό σώμα  
Η Ιόχρους Φλόγα



ΣΧΕΔΙΟ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΑ ΤΟΥ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ

**Σημείωση:** ο θεός μέσα μας γίνεται ορατός μέσα από μάτια απαλλαγμένα από επικριτική–αυτοεπικριτική διάθεση, όπως ποικίλες τύψεις–ενοχές, καταστάσεις φωτ/φίας Α! Την ώρα που κατακρίνουμε, ανοίγουμε τον εαυτό μας στην ενέργεια αυτή για να μας βλάψει! Η ενοχή είναι ο φόβος του παιδιού, ότι θα χάσει την αγάπη του γονιού του και συγχρόνως ο φόβος για τιμωρία ως συνέπεια των αμαρτιών! [αμαρτία = ενεργειακή ανισορροπία]. Ο φόβος για τιμωρία σημαίνει απειλή εκμηδένισης του «εγώ»! Αποφασίστε να πάψετε να κουβαλάτε την ενοχή σαν αυτοκαταστροφικό βαρίδι μέσα σας! Σε αυτό βοηθούν τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω. Ομοίως, σας βοηθούν στη συμφιλίωση με τον εαυτό σας! Όλα αυτά σας βοηθούν να ακυρώσετε–αλλάξετε το «κακό» πρόγραμμα που έχετε πάρει μέσα σας ως έμβρυα και νεογνά–μικρά παιδιά, δηλαδή την κατάσταση φωτ/φίας Α μέσα σας! Η φωτ/φία Α εκδηλώνει μέσα σας τις πρώιμες, τοξικές, οδυνηρές αναμνήσεις σας (the early recollections) που είναι καθοριστικές, διότι δρουν ως οργανωτικά πρότυπα–δυναμικά στερεότυπα διδαγμένης αντίληψης! Οι άνθρωποι αν δεν αντιδράσουν με ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ, θα παραμένουν πάντοτε βασανιζόμενοι από αυτό το παρελθόν της πρώιμης ηλικίας της ζωής τους, δηλαδή από τις υποσυνείδητες επιλογές τους! Οπότε το παρελθόν ορίζει το παρόν τους!

Ας εμβαθύνουμε λίγο περισσότερο! Το ενεργειακό μας σύστημα, κατά τη ζωή του δέχεται πληγές–ψυχικά τραύματα, τα οποία αποθηκεύονται στο ασυνείδητό του με την μορφή ενεργειακών διαταραχών! Όταν ανεβάζουμε τις ψυχικές πληγές στην επιφάνεια της Συνείδησης, τότε θεραπεύονται, διότι αποκαθίσταται η ενεργειακή ισορροπία που είχε κλονιστεί! Έτσι, αποκαθίσταται η ψυχοσωματική ΥΓΕΙΑ! Πρόκειται για μορφή Ανάστασης εν ζωή!

Για να γίνει η ανάσυρση των δεδομένων στη Συνείδηση, δεν χρειάζεται αναπαράσταση του ψυχοτραύματος–της ψυχικής πληγής πραγματικά, αλλά αρκεί η ανάσυρση–ενθύμηση να γίνει με την φαντασία μας, συμβολικά! Με αυτό τον τρόπο επιτυγχάνεται η ΘΕΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΑΥΤΟΕΞΥΓΕΙΑΝΣΗΣ! Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας! Καλλιεργείτε μέσα σας αυτή την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης! Τώρα είναι η ώρα της υλοποίησης, της γείωσης, της πραγμάτωσης!

Η μέθοδος που σας προτείνω είναι εφαρμοσμένη ανθρωπογνωσία και κυβερνητική του νου και της ψυχής! Πρόκειται για ΓΝΩΣΗ που γνωρίζουμε με εύλογη βεβαιότητα! Χρησιμεύει για να απαλύνει την οδύνη της ύπαρξης του πάσχοντος, βασανιζόμενου και αγωνιζόμενου ανθρώπου, διότι διδάσκει στον εγκέφαλο του ανθρώπου, που βασανίζεται διαρκώς από το παρελθόν του, ότι ένα παιδάκι τρομάζει και φοβάται δικαιολογημένα, ΑΛΛΑ ΕΝΑΣ ΕΝΗΛΙΚΟΣ ΟΧΙ ΠΛΕΟΝ! ΑΛΛΑ ΤΑ ΤΟΤΕ, ΑΛΛΑ ΤΑ ΤΩΡΑ! ΑΡΑ, ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Άρα, αν ο άνθρωπος συνεχίσει να αγωνίζεται αναγνωρίζοντας αυτό που του συμβαίνει, θα πετύχει να αντιστέκεται σθεναρά και αποτελεσματικά σε ό,τι αντιστέκεται στη ζωή μέσα του και οδηγεί αυτόν και την οικογένειά του στο χάος και την απόγνωση! Έτσι, θα μπορέσετε σταδιακά να περάσετε από τις ενστικτώδεις αντιδράσεις ανηλικού μέσα σας στις Συνειδητές αποκρίσεις ενηλικού μέσα σας, όπως χρειάζεται! Άρα: είναι μία κατάσταση που έχει λήξει. Είναι η Συνείδηση που κάνει τη διαφορά! Η Συνείδηση και η ζωή είναι ένα και το αυτό!

Ο άνθρωπος είναι Λόγος αυτοκίνητος και αυτοπροσδιοριζόμενος! Όλα ξεκινούν από εμάς και καταλήγουν σε εμάς! Η Ελληνορθοδοξία ονομάζει τούτο ΑΥΤΕΞΟΥΣΙΟΝ του ανθρώπου! Το αυτεξούσιον του ανθρώπου εξαρτάται από τη δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ! Η Γνώση είναι δύναμη διότι επιτρέπει την πρόβλεψη, άρα και την πρόληψη του κινδύνου = α-σφάλεια = προ-στασία!

Το ζητούμενο είναι να οργανωθεί ο προμετωπιαίος φλοιός του εγκεφάλου του ατόμου – προσώπου, ούτως ώστε να μπορεί να χρησιμοποιεί την δύναμη που δίνει η Γνώση! Έτσι, ο άνθρωπος μπορεί να μάθει να χειραγωγεί ό ίδιος τον εγκέφαλό του και να μην χειραγωγείται από αυτόν όπως γινόταν μέχρι τώρα! Μάθε έτσι ώστε εις ουδεμίαν άλλην ουσίαν να στηρίζεσαι πλην της δικής σου! Η βάση της θεραπευτικής μου μεθόδου είναι η αφύπνιση και η ενεργοποίηση της εσωτερικής – θεϊκής – αυτοθεραπευτικής δύναμης του οργανισμού, δηλαδή της κατάστασης φωτογραφίας Β μέσα μας! Κατάστασης που έχει καταπλακωθεί από τα συναισθηματικά σκουπίδια που προκαλούν την αρρώστια! Η Γνώση και η δύναμη που αυτή δίνει, δεν είναι μόνο εφόδιο και εργαλείο! Λειτουργεί με τους νόμους της σποράς, της βλάστησης και της καρποφορίας, μέσω της εξάσκησης στην εφαρμογή της! Η ουσία της Γνώσης είναι ότι, όταν την έχεις να την εφαρμόζεις! Έτσι, ο άνθρωπος μπορεί να είναι ένα ζώον που μπορεί να αυτοεξημερώνεται και να αυτοθεώνεται, ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ! Αντιθέτως η άγνοια σκοτώνει! Είναι το κακό! Το σκοτάδι είναι η πορεία κατά τύχην στα τυφλά! Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας, δηλαδή ό,τι σκεπτόμαστε και αισθανόμαστε ΕΠΗΡΕΑΖΕΙ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΟΛΑ ΤΑ ΚΥΤΤΑΡΑ ΜΑΣ SLOGAN: ΠΩΣ ΘΑ ΚΑΤΑΝΟΗΣΕΙΣ ΤΟ ΚΑΛΟ ΑΝ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΩΣ ΔΕΝ ΓΝΩΡΙΣΕΙΣ ΤΟ ΚΑΚΟ;!

Κατά τις εφαρμογές των συνειδησιακών εργαλείων και των ψυχικών γομολαστίχων που σας δίνω, να θυμάστε την ανακουφιστική εμπειρία και την ικανοποίηση οι οποίες θα προκύπτουν, ούτως ώστε να σας καθοδηγούν και να σας ενθαρρύνουν, για να τις ξανακάνετε στο μέλλον ως πρότυπο, όταν χρειάζεται! Ο συνδυασμός συνειδησιακών εργαλείων και ψυχικών γομολαστίχων παράγει εξαιρετικά, θεραπευτικά αποτελέσματα!

Ειδικότερα, οι ψυχικές γομολαστίχες βοηθούν να γίνει γνωστό το ψυχοτραυματικό παρελθόν και να επέλθει η συμφιλίωση μαζί του. Το πέρασμα από τον πόνο στην γαλήνη, ο εξημερωμένος πόνος! Ο άνθρωπος είναι το άθροισμα των συνεπειών των ψυχοτραυμάτων του κατά την μικρή παιδική του ηλικία.

Με τα συνειδησιακά εργαλεία και τις ψυχικές γομολαστίχες που σας δίνω, θα μπορείτε να έχετε ακαταδάμαστο το φρόνημα σας και σώφρονα την κρίση σας. Όπου η κρίση σας θα είναι αιτιολογημένη έκφραση γνώμης. Αυτοπειθαρχημένα και σοβαρά! Επίσης, να μη βάζετε τη χαρά σας στην άκρη περιμένοντας το κακό, δηλαδή να μην αφήνεστε στην απελπισία.

Στο σκοτάδι όλα φαίνονται ίδια

Στο σκοτάδι

ανάψτε το φως

ε) Λέγετε,

επαναληπτικά:

**ΑΝΑΨΤΕ ΤΟ ΦΩΣ...**

«Επιθυμώ να αλλάξω προς το καλύτερο, δηλαδή προς την υγεία, προς τον πλούτο, προς την α-φοβία, προς την Αγάπη, προς την αρμονία και την ισορροπία»! Όπου η Αγάπη είναι πάντα ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ και χωρίς ίχνος επιθυμίας! Όπου επίσης, καθετί που οδηγεί σε ενεργειακή ισορροπία είναι ψυχοθεραπευτικό!

«Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι: είμαι Ευτυχία, είμαι Αγάπη, εγκρίνω τον εαυτό μου, έχω ενέργεια! Πέτυχα τούτο, ΕΙΜΑΙ ΕΛΕΥΘΕΡΟΣ»!

Σημειωτέον, ότι όλα τα παραπάνω ανήκουν στην ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Β!

**στ)** Λέγετε στο νου σας, επαναληπτικά:

«νου μου σε αγαπώ πολύ, πολύ, μα πάρα πολύ! Αγαπώ όλα όσα είμαι, πολύ, πολύ, μα πάρα πολύ! Δίνω στα συναισθήματά μου Αγάπη, ακόμη και στους φόβους μου! Βλέπω τους φόβους μου σαν αυτό που είναι πραγματικά και τους αγαπώ, ούτως ώστε παύω να τους φοβάμαι! Αγάπη και Φως! Γέγονε! Και έτσι είναι! Αμήν!»

**ΣΧΟΛΙΟ:** οι λέξεις έχουν δύναμη πειθούς και επιπλέον τις ακούει και το σύμπαν, ούτως ώστε να ανταποκρίνεται σε αυτές, υπό τις κατάλληλες προϋποθέσεις! Γι' αυτό να προσέχετε ποιες λέξεις και πώς τις χρησιμοποιείτε! Προσέχετε πώς μπαίνετε και μετέχετε στο θέατρο των λέξεων!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο**

### **ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΣΤΑΣΗΣ ΑΓΑΠΗΣ ΚΑΤΑ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ**

Να αγαπάς χωρίς να επιτρέπεις να σε βλάπτουν! Κανείς δεν επιτρέπεται να βολεύεται σε βάρος σου! Κάνε την επιλογή-απόφαση ότι δεν επιτρέπεις τούτο να σου συμβαίνει! Εσύ να είσαι Ο ΕΑΥΤΟΣ ΣΟΥ, να παραμένεις στο ύψος σου και να αρνείσαι να σου ρουφούν ενέργεια, δηλαδή χρειάζεται να συμπονάς, χωρίς όμως να συμπάσχεις! Επίσης, χρειάζεται ΝΑ ΔΙΑΦΥΛΑΤΤΕΙΣ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ! Κατά την προσφορά Αγάπης από μέρους μας, να προσφέρεται ενέργεια εκ του περισσεύματός μας και όχι από την ζωτική μας ενέργεια! Το κριτήριο αυτού του διαχωρισμού είναι όταν η Αγάπη αρχίζει να βλάπτει τον εαυτό, διότι κάποιος βολεύεται σε βάρος μας! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί! Να εξασκηθείς να μάθεις να κρατάς τα όρια τα οποία υπάρχουν ανάμεσα σε σένα και στον «Άλλο»! Χρειάζεται να διαφεντεύεις το εγώ σου, για να μη σε κυβερνούν-επηρεάζουν αρνητικά οι άλλοι, [Το εγώ είναι ο ψυχικός οργανισμός, ο οποίος διακρίνεται σε μικρό, γήινο εγώ= =προσωπικότητα, και σε μεγάλο, ουράνιο Εγώ = Ψυχή], διότι είναι ΒΑΣΙΚΗ Η ΜΕΡΙΜΝΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑ ΣΟΥ! Μάθε με εξάσκηση, να φροντίζεις τον εαυτό σου ουσιαστικά, για να βοηθάς πρώτα τον εαυτό σου και μετά τους άλλους με ευγενική καλοσύνη! Το ΑΝΤΙΘΕΤΟ δεν οδηγεί ΠΟΥΘΕΝΑ! Η ΑΛΗΘΙΝΗ ΑΓΑΠΗ του ενός προς τον άλλο είναι η ευλογία στα ζευγάρια ή στην οικογένεια!



ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ: Εσύ ανοίγεις τα μέτωπα, εσύ τα κλείνεις! Εσύ προκαλείς προβλήματα στον εαυτό σου, εσύ θα τα λύνεις! Εμείς λύνουμε αυτά που δημιουργούμε-προκαλούμε! Όλα ξεκινούν από εμάς και καταλήγουν σε εμάς! Αφού έχουμε τη δύναμη να προκαλούμε τις αιτίες, πολύ περισσότερο έχουμε τη δύναμη να υπερνικάμε τα αποτελέσματά τους!

Η ΣΤΑΣΗ ΕΙΝΑΙ: Εγώ σε δημιούργησα-προκάλεσα, εγώ θα σε καταργήσω, διότι έχω αυτή τη δύναμη! Η στάση ορίζεται ως η απόφαση και η συνέπεια στην εφαρμογή της! Η πρωταρχική ευθύνη που έχουμε είναι η φροντίδα για τον εαυτό μας! Αλλάζουμε τον τρόπο της σκέψης μας προς το καλύτερο και όλα βελτιώνονται κατάλληλα! Μπορούμε να έχουμε την ελευθερία της στάσης - αυτοδιάθεσης!

ΛΟΙΠΟΝ: υλοποιείτε - γειώστε - πραγματώστε αυτήν τη στάση! Προτιμάτε την υλοποίηση του γήινου ή του θεϊκού ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ; Αυτή είναι η πραγματικότητα που φτιάχνετε εσείς οι ίδιοι. Εσείς μπορείτε να είστε ο ουρανός επί της Γης!

Η ιδανική στάση για ώριμους ενήλικους είναι η εξής: όλα να θεωρούνται πάντα ως πρόκληση για να την αντεπεξέλθουμε - ξεπεράσουμε και ποτέ ως απόρριψη! Οι ώριμοι ενήλικοι εκδηλώνουν την θεώρηση όλων των συμβαινόντων ως πρόκληση! Με αυτό τον τρόπο, συμπεριφέρονται έτσι ώστε να είναι ο πατέρας και η μητέρα του εαυτού τους = ώριμοι ψυχικά ενήλικοι!

Την θεώρηση των συμβαινόντων ως απόρριψη εκδηλώνουν οι ανώριμοι ενήλικοι, οι οποίοι έτσι παλινδρομούν στην κατάσταση της παιδικής εξάρτησης, για στήριγμα από τους γονείς τους!

Δείτε και προηγούμενους κύκλους "Συνάντησης με τον Εαυτό" 2013-2014, 2014-2015, 2015-2016 στο internet [www.vassilisfragkos.gr](http://www.vassilisfragkos.gr)

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΑΞΙΑΣ: να μη νιώθεις μόνο ότι ΚΑΝΕΙΣ κάτι, αλλά ΝΑ ΝΙΩΘΕΙΣ ΟΤΙ ΕΙΣΑΙ! π.χ. όχι μόνο έχω Αγάπη, αλλά ΕΙΜΑΙ Αγάπη, όπως ο Θεός! Όπου η αληθινή Αγάπη είναι πάντα ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ και χωρίς ίχνος επιθυμίας! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

Παρεμπιπτόντως: η αληθινή, θεϊκή Αγάπη είναι κατανόηση, κριτική συμπόνια (ευσπλαχνία) και έλεος! Ανάμεσα στη συμπόνια (ευσπλαχνία) και στο έλεος υπάρχει η εξής λεπτή διάκριση - διαφορά: η ευσπλαχνία και το έλεος ενώ έχουν την ίδια έννοια, η ευσπλαχνία (η ενσυναίσθηση) ανάγεται στην ψυχή, ενώ το έλεος έχει πιο πρακτική χροιά!

-Ευσπλαχνία είναι το να συμπονάς και να παραστέκεσαι ψυχικά σε κάποιον! Η έλλειψή της είναι «το κακό» στον κόσμο μας! Το αντίθετο είναι η υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη!

-Έλεος είναι να συμπονάς και να βοηθάς και πρακτικά, π.χ. με ελεημοσύνη, με υπηρεσία επίσης! Υπηρεσία είναι η κριτική συμπόνια και το έλεος στην πράξη!

Όλα τα παραπάνω είναι μέσα στα πλαίσια του ότι συμπονάς, αλλά δεν συμπάσχεις! Συμπόνια - ενσυναίσθηση = η συναισθηματική νοημοσύνη! Τέλος, το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Το έλεος είναι ευγενής πράξη! Γνωρίστε την ισχύ του ελέους! Εκδηλώστε ευγενική καλοσύνη!

## ΠΩΣ ΠΕΡΙΦΡΟΥΡΕΙΤΑΙ-ΔΙΑΦΥΛΑΣΣΕΤΑΙ Ο ΕΑΥΤΟΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΑ

- α) Προληπτικά
- β) Θεραπευτικά - Διορθωτικά

### **ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΑ**

#### **1) Λέτε:**

α) Κύριε Ιησού Χριστέ ελέησόν με!

β) Ιησούς Χριστός νικά κι όλα τα κακά σκορπά

γ) Το Πάτερ ημών επί 9 φορές, ενώ θα έχετε τοποθετήσει το δεξί σας χέρι (παλάμη) στο 3ο chakra, στο στομάχι (το γήινο «εγώ») και το αριστερό σας χέρι (παλάμη) στο 4ο chakra, στην καρδιά σας! (το ουράνιο «ΕΓΩ», δηλαδή η ψυχή μας). Το εσωτερικό μας Φως που μας βοηθάει να επικοινωνούμε με το θείον! Αν ταυτόχρονα οραματίζεστε ότι υπάρχει από ένας Ήλιος με ένα Χριστόγραμμα στο πάνω μέρος του, εγκατεστημένος και στα δύο (2) αυτά chakra σας, τόσο το καλύτερο για εσάς!

#### **SOS: αυτή η μέθοδος είναι χρήσιμη για όλα τα προβλήματα!**

Το ίδιο ισχύει και όταν λέμε επαναληπτικά τις εξής λέξεις: μαζί με το καλό – ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε!

Η καρδιά είναι το ενεργειακό κέντρο για την έκφραση της Ψυχής! Χρειάζεται να τιμά κάποιος την καρδιά και όχι τον νου του κόσμου! Παράλληλα, μπορείτε να οραματίζεστε ότι ο Ήλιος είναι εγκατεστημένος τόσο στο 3ο chakra σας, της προσωπικότητας, όσο και στο 4ο chakra σας, στην καρδιά σας! Έτσι, Ψυχή και προσωπικότητα συνδέονται αρμονικά και συλλειτουργούν κατάλληλα! Έτσι προκύπτει και η χαρά της αυτοεκπλήρωσης, δηλαδή να νιώθεις γεμάτος!

**2)** Με την επικάλυψη του 3ου chakra δια της δεξιάς παλάμης, όπως στη γνωστή στάση του μεγάλου Ναπολέοντα!

**3)** Με τα εξής 2 προστατευτικά μπαλάκια-ενεργειακές ασπίδες:

α) Το ροδόχρυσο, προστατευτικό μπαλάκι του Αγίου Γερμανού.

Δηλώνουμε την πρόθεσή μας και οραματιζόμαστε ότι περιβάλλουμε τον εαυτό μας με το ροδόχρυσο, προστατευτικό μπαλάκι του Αγ. Γερμανού! Αυτό το μπαλάκι στο τοίχωμά του είναι ρόδινο εσωτερικά και χρυσό εξωτερικά! Ο χώρος μέσα του είναι γεμάτος με ισχύ ενέργεια και εμείς είμαστε στο κέντρο του. Αυτό το ροδόχρυσο μπαλάκι μπορεί να προστατεύει από κάθε αρνητική επιρροή, από κάθε κακό, τόσο εμάς όσο και άλλους έξω από εμάς: ανθρώπους, ζώα, φυτά! Αρκεί να τους περιβάλλουμε νοερά με αυτό το μπαλάκι!

β) Με το ασημένιο προστατευτικό μπαλάκι του Διός Υψίστου.

Το προστατευτικό αυτό μπαλάκι είναι ασημένιου χρώματος και τόσο στιλπνό στην εξωτερική του επιφάνεια, ώστε κάθε κακή-ανεπιθύμητη ενέργεια να αντανakλάται-εξοστρακίζεται και να μην μπορεί να διεισδύσει στο εσωτερικό του!

γ) Με τον συνδυασμό τους

Οραματιζόμαστε ότι το ροδόχρυσο προστατευτικό μπαλάκι του Αγίου Γερμανού μας περιβάλλει και ότι έξω από αυτό μας περιβάλλει ένα

ευρύτερο ασημένιο προστατευτικό μπαλάκι του Διός Υψίστου! Έτσι, παράγεται διπλή προστασία, άρα μεγαλύτερη ασφάλεια! Το ίδιο ισχύει, αν με τα 2 αυτά μπαλάκια οραματιζόμαστε ότι προστατεύουμε κάποιον άλλο: άνθρωπο, ζώο, φυτό!

Παρεμπιπτόντως, σας δίνω την εξής ΓΕΝΙΚΗ ΟΔΗΓΙΑ: βιώνετε ως ήδη τετελεσμένο γεγονός αυτό που επιθυμείτε! Γενικά, ό,τι χρειάζεστε να το ΟΡΑΜΑΤΙΖΕΣΤΕ ως ήδη συντελεσμένο, ως ήδη γεγονός!

**Επίσης λέτε: δηλώνω την πρόθεσή μου ότι αρνητικές σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να με επηρεάζουν σε οποιοδήποτε νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή ασυνειδητό! ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε, επαναληπτικά!**

**4)** Δηλώνουμε την πρόθεσή μας, με την καρδιά μας, στο σύμπαν και ζητάμε με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ μας, να είμαστε απρόσβλητοι και ανεπηρέαστοι από κάθε ενέργεια χαμηλής δόνησης και άρνησης ζωής, με την χρήση όλων των προηγούμενων μεθόδων και με τη δύναμή μας!

Οι βαθιά μυημένοι άνθρωποι δεν χρειάζονται ενεργειακές ασπίδες, διότι συνδέονται μόνιμα και απευθείας με την ΠΗΓΗ, δηλαδή με το θεϊκό Φως της 7ης διάστασης! Όσοι θέλουν να ακολουθήσουν το παράδειγμά τους μπορούν να εξασκούνται ως εξής:

**α)** Δηλώνετε την πρόθεσή σας στο σύμπαν, να συνδεθείτε μόνιμα με την ΠΗΓΗ του ΘΕΙΟΥ ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ που είναι η Αγάπη! Η Αγάπη είναι Φως και είναι επίσης ανιδιοτελής! Αγάπη καθαρή χωρίς προσμίξεις επιθυμίας!

**β)** Δηλώνετε την πρόθεσή σας στο σύμπαν, να επικεντρώνεστε στην ΠΗΓΗ του ΘΕΙΟΥ ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ που είναι η Αγάπη! Η Αγάπη είναι Φως και είναι επίσης ανιδιοτελής! Αγάπη καθαρή χωρίς προσμίξεις επιθυμίας!

**γ)** Δηλώνετε την πρόθεσή σας στο σύμπαν και λέτε τα εξής: Πνεύμα, θεϊκό Εαυτό μου έλα τώρα κοντά μου και καθοδήγησέ με απευθείας! Ζητώ από τον θεϊκό Εαυτό μου θεραπεία για όλα τα δεινά μου! Θεραπεία = Υψηλεσία = η συμπόνια και το έλεος στην πράξη!

**δ)** Δηλώνετε την πρόθεσή σας στο σύμπαν, να έρχονται κοντά σας μόνο όσοι θέλουν να φωτιστούν!

**ε)** Κάνετε μία δήλωση ευχαριστίας και είναι αρκετό!

**στ)** Οραματίζεστε ότι παραδίνετε τον εαυτό σας και το πρόβλημά του, προς επίλυση, στα χέρια του προφήτη Ηλία! Ακολουθώντας, οραματίζεστε ότι ο προφήτης Ηλίας παραδίδει εσάς και το πρόβλημά σας, προς επίλυση, στον Πατέρα – Μητέρα Δημιουργό!

**5)** Με την πραγμάτωση της α-σφαλείας ως εξής:

**α)** Οραματιζόμαστε ότι ο Ήλιος, με το Χριστόγραμμα ΧΡ στο πάνω μέρος του, είναι εγκατεστημένος στην καρδιά μας (έδρα του Ουράνιου «ΕΓΩ», της ψυχής μας) και εκπέμπει το Φως του!

**β)** Κατόπιν οραματιζόμαστε ότι ο Ήλιος, με το Χριστόγραμμα ΧΡ στο πάνω μέρος του, είναι εγκατεστημένος και στο 3ο chakra μας (έδρα του γήινου «εγώ» μας) και εκπέμπει το Φως του!

Έτσι ενοποιούνται κατάλληλα και ισόρροπα η ψυχή μας με την προσωπικότητά μας! Χρειάζεται να βρούμε τη χρυσή τομή ανάμεσα στην γήινη πραγματικότητα και την Πνευματική Αλήθεια! Είναι μία πρόκληση διεύρυνση της αντίληψης,

δηλαδή να μεγαλώσουμε ψυχικά, δηλαδή να πάρουμε τη δύναμή μας στα χέρια μας! Μάθετε ούτως ώστε εις ουδεμίαν άλληνουσίαν να στηρίζεστε πλην της δικής σας! Η βάση της ψυχοθεραπευτικής μου μεθόδου είναι η αφύπνιση και η ενεργοποίηση της εσωτερικής – θεϊκής – αυτοθεραπευτικής δύναμης του οργανισμού, δηλαδή της κατάστασης φωτογραφίας Β μέσα μας! Κατάστασης που έχει καταπλακωθεί από τα συναισθηματικά σκουπίδια που προκαλούν την αρρώστια!

SOS: ΑΥΤΗ Η ΜΕΘΟΔΟΣ ΧΡΗΣΙΜΕΥΕΙ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ! Παρεμπιπτόντως σας λέγω ότι το Φως του Ηλίου μεταφέρει όλη την πληροφορία για την δημιουργία της ύλης και της ζωής! Το Φως είναι η σμίλη του πλάστη! Ο Ήλιος είναι η πηγή της ζωής, είναι ο Πατέρας. Ο Πατέρας χρειάζεται την Μητέρα Γη, για να μπορέσει να εκδηλωθεί! Παρεμπιπτόντως: για όλα τα προβλήματά σας μπορείτε να χρησιμοποιείτε επαναληπτικά τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε! Τα θετικά αποτελέσματα θα σας εκπλήξουν ευχάριστα!

**6)** Με την ενεργειακή κουρτίνα της ΣΩΤΗΡΙΑΣ! Δείτε λίγο παρακάτω.

## **ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ – ΔΙΟΡΘΩΤΙΚΑ**

**1α)** Με το πλύσιμο των χεριών.

Το πλύσιμο των χεριών λειτουργεί ως εξής: σαπουνίζετε, πλένετε και ξεπλένετε τα χέρια σας και δηλώνετε την πρόθεσή σας, με την καρδιά σας, στο σύμπαν λέγοντας: «όπως πλένονται, ξεπλένονται και καθαρίζονται τα χέρια μου, να καθαριστούν και να ξεπλυθούν όλες οι ενέργειες χαμηλής δόνησης και όλες οι ενέργειες άρνησης ζωής, οι οποίες έχουν προσβάλλει το ενεργειακό μου σύστημα, δηλαδή το ενεργειακό μου αυγό, την αύρα μου, το φυσικό μου σώμα και όλα μου τα chakras»!

Παράλληλα, δηλώνετε την πρόθεσή σας, με την καρδιά σας, στο σύμπαν ότι αποβάλλετε όλες αυτές τις ενέργειες και τις παραδίδετε στην ιόχρου φλόγα για μετουσίωση ή τις παραδίδετε στη Γη, η οποία τις παραλαμβάνει, τις καθαρίζει στον κεντρικό κρύσταλλό της και σας τις επιστρέφει κρυστάλλινα καθαρές!

**1β)** Με το πλύσιμο των ποδιών σε αλατόνερο (ποδόλουτρο).

Τοποθετείτε τα πόδια σας σε αλατισμένο νερό, μέσα σε μία λεκάνη, για περίπου 10 λεπτά. Συγχρόνως, δηλώνετε την πρόθεσή σας, με την καρδιά σας, στο σύμπαν και οραματίζετε ότι κάθε ακάθαρτη, ανεπιθύμητη και ακατάλληλη για εσάς ενέργεια διοχετεύεται και αποβάλλεται μέσω των ορθάνοιχτων chakras των πελμάτων σας μέσα στο αλατισμένο νερό = η θάλασσα στο σπίτι σας!

Παρεμπιπτόντως: όταν κάνετε μπάνιο στη θάλασσα μπορείτε να δηλώνετε την πρόθεσή σας, για να γίνει πλήρης ενεργειακή κάθαρση του οργανισμού σας, όταν εισέρχεστε στη θάλασσα!

**2)** Με την λειτουργία της νοητικής αφόδευσης.

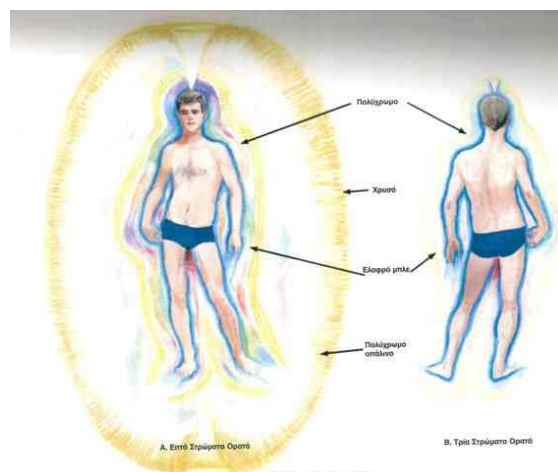
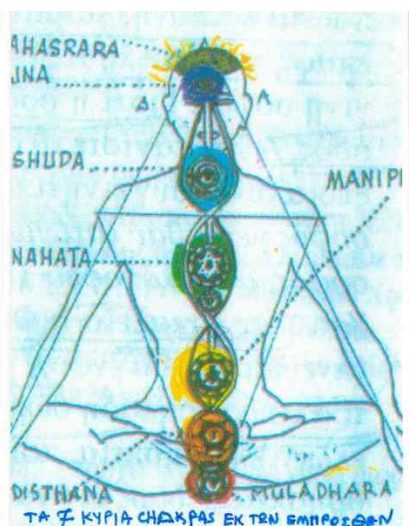
Αυτή έχει ως εξής: δηλώνετε την πρόθεσή σας, με την καρδιά σας, στο σύμπαν και οραματίζετε ότι κάθε αρνητικότητα μέσα σας, με μορφή σκοτεινόχρωμης ενέργειας κατεβαίνει κάτω στο σώμα σας και διαμέσου των ορθάνοιχτων chakras των πελμάτων σας εξέρχεται στη Γη όπου πατάτε, με τη μορφή πολλών

σφαιρών ή φυσαλίδων. Αυτές οι σφαίρες ή φυσαλίδες μετατρέπονται σε υγρασία, η οποία απορροφάται από τη Γη διαμέσου ενός δικτύου ριζών που ξεκινούν από τα πέλατά σας και καταλήγουν στον πυρήνα της Γης! Ταυτόχρονα, ζητάτε με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ σας μέσα από την καρδιά σας και οραματίζεστε ότι λαμπρό χρυσό Φως, που κατέρχεται άνωθεν, εισέρχεται από το ορθάνοιχτο 7ο chakra σας και πλημμυρίζει κάθε καθαρό πλέον κύτταρο από αρνητικές-ανεπιθύμητες ενέργειες σε όλο σας το σώμα! ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ, λέτε: «με την δήλωση της πρόθεσής μου ενεργοποιώ πάση δυνάμει τη λειτουργία μου της νοητικής αφόδευσης, κατά τον γνωστό οραματισμό»!

**3)** Με την επίκληση ανώτερων Πνευματικών οντοτήτων.

Αυτή έχει ως εξής:

Επικαλούμαστε ανώτερες Πνευματικές οντότητες, ώστε να τροφοδοτήσουν με άφθονο λαμπρό χρυσό Φως, μέσα από το 7ο chakra μας όλο το ενεργειακό μας σύστημα, δηλαδή το ενεργειακό αυγό μας, την αύρα μας, το φυσικό μας σώμα και τα 7 κύρια chakras μας, ξεκινώντας από το 7ο και προς τα κάτω!



**Εικόνα με τα κύρια chakras**

**Εικόνα με το αυρικό ενεργειακό μας σύστημα, αυγό, αύρα, φυσικό σώμα, chakras – ΧΕΡΙΑ ΟΛΟ ΦΩΣ!**

ΟΙ ΑΝΩΤΕΡΕΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΕΣ ΟΝΤΟΤΗΤΕΣ που επικαλούμαστε είναι οι εξής: ο ΑΑ Μιχαήλ, ο ΑΑ Μέτατρον, ο ΑΑ Ραφαήλ, ο ΑΑ Γαβριήλ, ο Προφήτης Ηλίας, ο Απόλλων, ο Δίας-Ζευς, ο Δάσκαλος της ιόχρου φλόγας Άγιος Γερμανός, ο Δάσκαλος Κουτχούμι, ο Δάσκαλος Μορύα, ο Δάσκαλος Σανάτ Κουμάρα, ο Ιησούς Χριστός, ο Πατέρας Δάσκαλος και μέγας άρχων της Ειρήνης Μελχισεδέκ, ο Ανώτερος θεϊκός Εαυτός μας, οι φύλακες Άγγελοι μας και οι Πνευματικοί μας οδηγοί!

**4)** Με την αποτοξίνωση του εγκεφάλου.

Δείτε παρακάτω, οραματισμό διάλυσης του εσωτερικού σαμποτέρ!

**5)** Τα αναφερόμενα στον αριθμό 1 των ΠΡΟΛΗΠΤΙΚΩΝ ΜΕΤΡΩΝ, του παρόντος! Μπορείτε να κάνετε και επιλεκτική χρήση αυτών, προληπτικά και θεραπευτικά, κατά το δοκούν και δέον!

**6)** Με τη δήλωση της πρόθεσής μας, ζητάμε με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ μας μέσα από την καρδιά μας και παρακαλούμε το Πνεύμα να μας απλώσει βοηθητικά το χέρι Του (οραματιζόμαστε ένα χέρι να στέκεται ψηλά) και να αντλούμε από αυτό την χορηγούμενη για εμάς ενέργεια, όπου, όπως και όταν την έχουμε ανάγκη!

**7)** Με την ενεργειακή κουρτίνα ή δίχτυ της ΣΩΤΗΡΙΑΣ (ολότητας-ολοκληρίας). Οραματίζετε ότι ένα ενεργειακό φράγμα σαν κουρτίνα, κατεβαίνει από πάνω και μπαίνει ανάμεσα σε εσάς και εκείνον από τον οποίο θέλετε να προστατευτείτε ενεργειακά, διότι η ενέργειά του είναι ακατάλληλη για εσάς! Η ενεργειακή κουρτίνα ΣΩΤΗΡΙΑΣ είναι διάφανη λαμπερή (κρυστάλλινη) με ελαφρά ασημένια απόχρωση. Λειτουργεί αλλάζοντας τις ενέργειες και των δύο πλευρών. Ηρεμούν και γλυκαίνουν οι ενέργειες, ενώ παράλληλα δεν εμπλέκονται-δεσμεύονται μεταξύ τους! Έτσι, βελτιώνεται κατά πολύ η δόνηση της επικοινωνίας! Άρα, μένετε ανεπηρέαστοι, προστατευμένοι και με πολύ καλά επικοινωνιακά αποτελέσματα! Ο κοινωνικός βίος και η ατομική ύπαρξη εντός του είναι χώρος επικοινωνίας! Η ματιά, η συνομιλία, η επαφή, η σχέση είναι το θεμελιακό στοιχείο!

Θα μπορούσαμε να πούμε ότι η κουρτίνα ΣΩΤΗΡΙΑΣ είναι ανάπτυσμα της εξής στάσης: Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου στο σύμπαν, ότι «Ο θεός μέσα μου, αναγνωρίζει, χαιρετά και ευλογεί τον θεό μέσα σου», το οποίο μπορείτε να λέτε κατά τη διάρκεια του προαναφερθέντος οραματισμού! Η στάση αυτή συνοψίζεται με τη λέξη «νάμαστε»!

**8)** Τώρα, θα αναφερθούμε σε έναν ιδιαίτερα σημαντικό τρόπο ενίσχυσης του αυτοθεραπευτικού μας μηχανισμού, ο οποίος είναι μέρος του ανώτερου - θειικού Εαυτού μας:

Οραματιζόμαστε ένα χαμόγελο στην καρδιά μας. Αυτό είναι ο χαμόγελο του Βούδα - Χριστού. Η ενέργειά του γεμίζει και φωτίζει το σώμα μας και την αύρα μας! Ενεργοποιεί όλα τα chakras και κυρίως το 7<sup>ο</sup>. Η ενέργεια συμπυκνώνεται σε ένα χαμόγελο σε κάθε chakra μας! Το χαμόγελο αυτό μας φέρνει απίστευτη δύναμη και ευλογία. Όταν χρειαζόμαστε εξισορρόπηση - διεύρυνση - χαλάρωση να εφαρμόζουμε αυτό το χαμόγελο! Να το εξασκούμε μία φορά την ημέρα! Να μένουμε στο χαμόγελο και να εφελκούμε τα προηγούμενα, αυτή είναι η άκρα, γαλήνια ικανοποίηση, που σημαίνει ότι ο Θεός μέσα μας είναι ικανοποιημένος (δείτε την φωτογραφία κατάστασης Β) με όλη την Αγάπη που αυτό σημαίνει για εμάς!

Ακτινοβολούμε το χαμόγελο σε όλα τα σώματά μας, τα οποία κάθε chakra μας εποπτεύει! Χωρίζουμε το σώμα μας στις αντίστοιχες ζώνες αρχίζοντας από το 1<sup>ο</sup> chakra. Το χαμόγελο στα χείλη μας συνδέεται με το χαμόγελο του Βούδα - Χριστού στην καρδιά! Ευχαριστούμε τα όργανα του σώματός που οραματιζόμαστε ότι χαμογελούν! Μόνον ένα χαμόγελο χρειάζεται ο άνθρωπος! Την ενέργεια του χαμόγελου να την μεταδίδουμε σε όλους εκείνους με τους οποίους ερχόμαστε σε επαφή! Προσφέρουμε μεγάλο έργο με τον τρόπο αυτό! Δηλώνουμε την πρόθεσή μας να συμβεί αυτό και όσοι είναι ανοιχτοί θα λάβουν. ΑΥΤΗ ΕΙΝΑΙ Η ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΜΕΘΟΔΟΣ ΓΙΑ ΝΑ ΔΥΝΑΜΩΣΕΤΕ ΤΟ

ΑΝΟΣΟΠΟΙΗΤΙΚΟ ΣΑΣ ΣΥΣΤΗΜΑ! Το βαθύτερο είναι ότι το χαμόγελο εντυπώνεται και σε ΚΑΘΕ ΜΑΣ ΚΥΤΤΑΡΟ! Οραματιζόμαστε το χαμόγελο μέσα στο κύτταρο και όχι στην επιφάνειά του. Το νιώθουμε και μετά το αφήνουμε να πάει εκεί που βρίσκονται τα χρωμοσώματά μας, το DNA μας, δηλαδή στους πυρήνες των κυττάρων μας σε όλο το σώμα! Για να μας συμβεί αυτό φανταζόμαστε μερικά κύτταρα μπροστά μας που αντιπροσωπεύουν συμβολικά όλα τα κύτταρά μας. Ακολουθώντας, δηλώνουμε την πρόθεσή μας το χαμόγελο στον πυρήνα των κυττάρων να μεταδοθεί σε όλα μας τα κύτταρα! Φαντάζομαι σημαίνει ότι ερμηνεύω μια βαθειά ανέκφραστη ενέργεια, της δίνω μορφή κι έτσι της παραχωρώ ύπαρξη, όλα με τον δικό μου τρόπο! Είμαστε παιδιά και παίζουμε ως ΚΥΡΙΑΡΧΟΙ ΤΟΥ ΠΑΙΓΝΙΔΙΟΥ! Έχουμε δικαίωμα να είμαστε ό,τι θέλουμε! Έτσι λειτουργεί το φαντασιακό του θείου Νού, όπως εκδηλώνεται μέσω της φαντασίας των ανθρώπων – παιδιών. αρκεί να απλώσουμε το χαμόγελο του Βούδα – Χριστού ΣΕ ΟΛΟ ΜΑΣ ΤΟ ΕΙΝΑΙ! Ενσωματώνουμε αυτήν την πρακτική στην καθημερινή μας ζωή! Η ζωή ανήκει στα παιδιά! Είμαστε παιδιά όταν ζούμε στο χαμόγελο του Βούδα – Χριστού! Είμαστε παιδιά ενός Πατέρα θαυματουργού και μίας Μητέρας γεμάτης ζωή. Όλα αυτά μας παρήγγειλε ο Αρχάγγελος Μέτατρον, ο Άγγελος των παιδιών και της φαντασίας, ζητώντας μας επιπλέον να τον εμπιστευθούμε! Η ημερομηνία ήταν 10.05.2020, οπότε έλαβε χώρα η ανώτερη Πνευματική Επικοινωνία (διαυλισμός) μέσω της κυρίας Άννας Αποστολίδου, δηλαδή πρόκειται για μέθοδο ταύτισης, διαισθητικής αντίληψης και συντονισμού.

Συμπληρωματικά προσθέτω τα εξής, τα οποία επίσης μας εδόθησαν από το Πνεύμα: Όλοι οι άνθρωποι μπορούν να επιτυγχάνουν την ισορροπία τους και την ομοιόσταση τους μέσα στην λαίλαπα των αλλαγών στη ζωή τους! Αυτό είναι ένα χάρισμα με το οποίο προικίζονται όλοι οι άνθρωποι! Είναι ένα δώρο του Πνεύματος προς όλη την ανθρωπότητα, όλοι μπορούν να το πετύχουν. Κάθε άνθρωπος είναι προικισμένος με αυτό το δώρο, δηλαδή το να μπορεί να τα καταφέρει εάν το θελήσει! Αυτό είναι το ΣΧΕΔΙΟ! Όλοι μας βασιζόμαστε στο ΣΧΕΔΙΟ και αυτό το ΣΧΕΔΙΟ είναι εντυπωμένο σε κάθε άνθρωπο στη Γη! Το ότι κάποιος δεν το χρησιμοποιούν είναι ξεκάθαρα δική τους απόφαση των οποίων έλαβαν κάποια στιγμή στη ζωή τους!

### **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3<sup>ο</sup>**

Ο καθένας από εμάς φέρει μέσα του ένα ξεχασμένο παιδί, το παιδί που υπήρξαμε και που ξεχάσαμε, για να μπορέσουμε να ζήσουμε ως ενήλικοι σε έναν ανάλογο κόσμο! Όμως στο παιδί που ξεχάσαμε, υπήρχε δυνατότητα ανάπτυξης, επινοητικότητα, με τα όρια μεταξύ αληθινού και φανταστικού να είναι δυσδιάκριτα. Όπως συμβαίνει στους καλλιτέχνες! Πρόκειται για μία δύναμη που χρειαζόμαστε απεγνωσμένα να αντλήσουμε σήμερα ως άτομα και ως ανθρώπινο είδος. Για να βρούμε τον εαυτό μας χρειάζεται να επιστρέψουμε μέσα μας, ώστε να ανασύρουμε στο Φως εκείνο το εσωτερικό παιδί που του επιβάλαμε να σιωπήσει. Να σιωπήσει μέσω του μηχανισμού της απόθησης του τραυματικού βιώματος! Η απόθηση είναι τρόπος επιβίωσης για το μικρό παιδί! Όπου απόθηση = ΔΕΝ ΘΕΛΩ ΝΑ ΤΟ ΘΥΜΑΜΑΙ ΓΙΑΤΙ ΜΕ ΠΟΝΑΕΙ ΑΦΟΡΗΤΑ. Πρέπει να συναντήσουμε το παιδί που υπήρξαμε και να εξιλεωθούμε αμοιβαία! Να ανασύρουμε όσα μένουν στο υποσυνείδητο και δεν εκφράζονται επαρκώς

δια του λόγου, οπότε εκφράζονται συμβολικά δια της ψυχοσωματικής συμπτωματολογίας και σημειολογίας.

### ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟΣ ΤΟΥ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΤΟΝ ΚΑΘΡΕΦΤΗ

Από πλευράς επιστημονικής, αλλά και εσωτερικής ψυχολογίας, το παιδί που υπήρξε, ζει πάντα μέσα στον ενήλικο!

**1)** Στέκεστε μπροστά στον καθρέφτη σας και με την δήλωση της πρόθεσής σας, με την καρδιά σας, στο σύμπαν, ζητάτε με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ σας, από τον εαυτό σας ως έμβρυο, να σας παρουσιάσει όλες τις αρνητικές εμπειρίες που είχατε σαν έμβρυο! Δηλώστε επίσης την πρόθεσή σας από την καρδιά σας, με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ σας, στο σύμπαν, να τις αγκαλιάσετε και να τις αγαπήσετε, ούτως ώστε να πάψετε να τις φοβάστε! Να τις αγκαλιάσετε, να τις αγαπήσετε, **ΝΑ ΤΙΣ ΑΠΟΧΑΙΡΕΤΗΣΕΤΕ!**

Συγχρόνως οραματίζεστε, το έμβρυο που υπήρξατε μέσα στη μήτρα φωτισμένο διαδοχικά ως εξής:

**α)** με Ιόχρουν Φως (βιολετί, μοβ)

**β)** με ενέργεια Αγάπης χρώματος ροζ με χρυσές προσμίξεις

**γ)** με σμαραγδένιο Φως της θεραπείας του ΑΑ Ραφαήλ

**δ)** με λαμπρό λευκό Φως της θεϊκής θεραπείας

**ε)** με λαμπρό χρυσό Φως της υπέρτατης Συνειδητότητας και της παρασχεθείσας ενεργειακής υπηρεσίας!

Η διάρκεια του κάθε είδους φωτισμού να είναι 2'-3' ή και περισσότερο, αν θέλετε! **ΟΡΑΜΑΤΙΖΕΣΤΕ ΜΕΤΑ** ότι γεμίζετε τον αμνιακό σάκο του εμβρύου με άφθονο αγιασμό και ανθόνερο – ροδόνηρο! Αν προκληθεί αναβρασμός του αμνιακού υγρού να μην ανησυχήσετε, αλλά να ενθουσιαστείτε, διότι ο οραματισμός σας αποδίδει!

Έτσι, συνολικά, το έμβρυο που υπήρξατε βοηθιέται να εξυγιανθεί, δηλαδή να περάσει από την ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Α, σε εκείνη της φωτ/φίας Β (εξισορρόπηση-ισορροπία). Τέλος, κάνετε την διαδικασία της συν-χώρεσης- -αλληλοπεριχώρεσης/εξισορρόπησης! Συν-χώρεση / αλληλοπεριχώρεση = εγώ είμαστε – εμείς είμαι (κβαντική κατάσταση)!

Προσοχή: το ίδιο ισχύει και για τις επόμενες παιδικές ηλικίες, δηλαδή για τον τοκετό, τον 1ο χρόνο της ζωής, τον 2ο χρόνο, τον 3ο χρόνο. Οπότε, αναφορικά με τον αγιασμό και το ανθόνερο-ροδόνηρο, κάνετε μπάνιο στο παιδί με αυτά. Γενικότερα, αφεθείτε στο παιδί μέσα σας! Θα σας καθοδηγήσει εστιαζόμενο από μόνο του στην κατάλληλη ηλικία!

### **2)** Λέτε:

«Εγώ, ο σημερινός άνθρωπος δοκιμάζω να δω το παιδί που έχω μέσα μου. Του δίνω ασφάλεια, τρυφερότητα, στοργή, Αγάπη και αγκαλιά με χάρδια, αλλά κυρίως του παρέχω όλες εκείνες τις πληροφορίες που του λείπουν, για να εξηγήσει τα όσα του συνέβησαν».

Τα πρώτα 3-5 χρόνια της ζωής ενός ανθρώπου (ενός παιδιού) είναι τα πιο σημαντικά ολόκληρης της ζωής του, της ενδομήτριας ζωής συμπεριλαμβανομένης! Είναι το οικογενειακό περιβάλλον υπαίτιο των ενεργειακών ανισορροπιών μας, **ΑΛΛΑ ΚΥΡΙΩΣ ΕΜΕΙΣ ΕΙΜΑΣΤΕ ΟΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΙ**



ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΜΑΣ, όταν ενηλικιωθούμε, βάσει των όσων νομίζουμε – πιστεύουμε ότι είμαστε! Αλλιώς γινόμαστε όταν πιστεύουμε ότι είμαστε θεοί, αλλιώς γινόμαστε όταν πιστεύουμε ότι είμαστε σκύβαλα! Ο άνθρωπος είναι «κεκελευσμένος» θεός! Καλλιεργείτε την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης!

Ορισμός εσωτερικού παιδιού: το μέρος του υποσυνειδήτου μας, το οποίο ακόμη αισθάνεται, σκέπτεται και συμπεριφέρεται με τους τρόπους που έμαθε σαν παιδί. Μπορούμε να το ονομάζουμε το «εσωτερικό παιδί».

**3)** Αναφορικά, σας λέγω ότι θα αναρτήσω-κυκλοφορήσω μελλοντικά στο διαδίκτυο, ΕΙΔΙΚΟ ΒΙΒΛΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΔΥΝΑΤΗ-ΕΦΙΚΤΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΧΕΣΗ ΜΑΣ ΜΕ ΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΜΑΣ ΠΑΙΔΙ. Ιστότοπος: [www.Vassilisfragkos.gr](http://www.Vassilisfragkos.gr)

### ΣΥΝΕΧΕΙΑ ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΩΝ ΣΤΟΝ ΚΑΘΡΕΦΤΗ

**1)** Λέτε, ενώπιον του καθρέφτη, κατάματα:

«Δίνω Αγάπη σε όλα τα μερίδια του εαυτού-Εαυτού μου! Μαθαίνω να αγαπώ αυτό που ΕΙΜΑΙ! Μαθαίνω να πλησιάζω τον εαυτό-Εαυτό μου με Αγάπη, τον δικό μου νου με Αγάπη! Μαθαίνω το "ΑΓΑΠΗΣΕ ΜΕ ΑΡΚΕΤΑ ΕΑΥΤΕ ΜΟΥ" »!

Επεξήγηση: Αγάπη θα πει θέλω να σου κάνω καλό, δηλαδή να βοηθήσω τη ζωή σου! Αναλυτικότερα σημαίνει: κατανόηση, συμπόνια και έλεος πρώτα για τον εαυτό μου και μετά στους άλλους! Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής!

Η συμπόνια είναι η ευσπλαχνία. Η ευσπλαχνία και το έλεος ενώ έχουν την ίδια έννοια, η ευσπλαχνία ανάγεται στην ψυχή, ενώ το έλεος έχει πιο πρακτική χροιά! Η συμπόνια = η ενσυναίσθηση = αισθανόμαστε πώς νιώθει ο άλλος, ερχόμαστε στη θέση του, χωρίς όμως ταύτιση μαζί του, δηλαδή συμπονάμε, αλλά δεν συμπάσχουμε! Αυτή είναι η υψηλή συναισθηματική νοημοσύνη!

-Ευσπλαχνία είναι το να συμπονάς και να παραστέκεσαι ψυχικά σε κάποιον! Η έλλειψη συμπόνιας – ευσπλαχνίας είναι «το κακό» στον κόσμο, δηλαδή η έλλειψη ενσυναίσθησης. Αυτή είναι η χαμηλή συναισθηματική νοημοσύνη!

-Έλεος είναι το να συμπονάς και να βοηθάς και πρακτικά, π.χ. με ελεημοσύνη! Επίσης με υπηρεσία = η συμπόνια και το έλεος στην πράξη!

**2)** Λέτε, ενώπιον του καθρέφτη, κατάματα:

«Σέβομαι και τιμώ το σώμα μου, το αγαπώ και το φροντίζω σαν παιδί μου! Το διδάσκω και μαθαίνει! Το σώμα μου ακούει και μιλάει, το αγαπώ όπως είναι! Το αποδέχομαι όπως είναι, χωρίς κρίση-επίκριση! Το ενεργοποιώ και το οδηγώ σε όλο και υψηλότερες ενεργειακές δονήσεις (η κατάσταση φωτ/φίας Α είναι χαμηλές ενεργειακές δονήσεις, η κατάσταση φωτ/φίας Β είναι υψηλές ενεργειακές δονήσεις)! Το σώμα μου είναι ιερό και νιώθω την ιερότητά του! Τιμώ το σώμα μου σαν θεό στη Γη! Είναι σοφό και ευλογημένο! Το σώμα μου είναι φτιαγμένο σύμφωνα με τα υψηλότερα πρότυπα που μπορώ να υλοποιήσω! Όταν το αντιμετωπίζω σαν ιερό, αναπαύεται η νοημοσύνη του! Είναι ένας υπέροχος μηχανισμός, άξιος λόγου»!

**3)** Λέτε, ενώπιον του καθρέφτη, κατάματα:

«Δηλώνω, με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου μέσα από την καρδιά μου, στο

σύμπαν και παρακαλώ-ζητώ να ανοίγω και να δέχομαι αυτό που έρχεται για μένα, χωρίς να προβάλλω αντιστάσεις! Να αφήνομαι στην αγκαλιά του Πνεύματος χωρίς να οδύρομαι και να κλοτσάω! Ανοίγω και δέχομαι με ευγνωμοσύνη και πλήρη πίστη!» Χρειάζεται να αφεθείτε με εμπιστοσύνη στο Πνεύμα – στο Θεό! Η απόλαυση της ηρεμίας – γαλήνης που γεννά αυτή η εμπιστοσύνη θα είναι το λιγότερο που θα αποκομίσετε! Η πίστη είναι το άθλημα της εμπιστοσύνης. Η πίστη γενικά δίνει στον άνθρωπο απεριόριστη ψυχική και σωματική δύναμη. Εμπιστοσύνη είναι να νιώθεις ασφαλής με κάποιον ή με κάτι. Η ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΕΜΠΝΕΕΤΑΙ, ΔΕΝ ΕΠΙΒΑΛΛΕΤΑΙ! Ασφάλεια = προ-στασία!

Ο λαός θυμόσοφα εφαρμόζει αυτή τη στάση ζωής, λέγοντας: «να παίρνεις τη ζωή όπως έρχεται, όπως η ζωή τα φέρνει, να παίρνεις ό,τι σου δίνει η ζωή»! Και τα καλά και τα κακά δεχόμενα εξίσου, διότι τα «βάσανα» είναι για τους ανθρώπους και για την εξέλιξή τους! ΑΠΟΔΟΧΗ = αφήνομαι στη ροή της ενέργειας, της ζωής, με σθένος και καρτερία! Ο λαός λέγει: «θα περάσει κι αυτό»!

Η ΕΞΕΛΙΞΗ προκύπτει και μέσω της παρατήρησης του άλλου και μέσω της αυτό-παρατήρησης! Ο άνθρωπος πρέπει να παλέψει – αγωνισθεί για να βρει τη θέση του στη Γη! Κάποιοι άνθρωποι δίνουμε μεγάλο αγώνα για να βρουν τον εαυτό τους και τον δρόμο προς το Φως, δηλαδή να βρουν τη θέση τους στη Γη! Κατά τον αγώνα αυτόν, ο άνθρωπος πρέπει να δαμάσει την ίδια του την φύση και να αυτό-αναπτυχθεί μέσω της αυτογνωσίας του! Όπου το εσωτερικό μας Φως (η κατάσταση φωτογραφίας Β) μας βοηθάει να επικοινωνούμε με το θείον, όπερ είναι και το ζητούμενο!

Σημείωση: τα παραπάνω μπορούν να χρησιμοποιούνται σαν πρώτη προσθήκη στην διαδικασία της συν-χώρεσης-αλληλοπεριχώρεσης που θα σας αναφέρω παρακάτω.

**4)** Λέτε, ενώπιον του καθρέφτη, κατάματα:

**α)** Όταν λέω στον εαυτό-Εαυτό μου ενώπιον του καθρέφτη ότι τον αγαπώ, τότε θα παίρνω πίσω Αγάπη! Χαρά μη παρεχομένη είναι χαρά μη παρερχομένη!

**β)** «Ο Θεός δεν θέλει την πίστη μου στη Δύναμή Του, αλλά θέλει την εμπιστοσύνη μου στην Αγάπη Του»! Η εμπιστοσύνη είναι η βάση για όλα! Η άριστη Πνευματική άσκηση είναι η εμπιστοσύνη στην Αγάπη του Θεού!

**γ)** Όταν προσφέρουμε, χωρίς προσδοκία ανταπόδοσης-ανταλλάγματος- αποτελέσματος, τότε η προσφορά μας επιστρέφει στο 10πλάσιο σε εμάς!

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΤΕΡΑ:

Διατηρώ τη στάση εμπλοκής και απόσπασης από το αποτέλεσμα, μέσα στη ζωή, μα και σαν έξω από τη ζωή! Αυτό κάνει και ο εσωτερικός μου παρατηρητής, η ενοικούσα Διάνοιά μου, η ΕΓΩ ΕΙΜΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑ, η Ψυχή του ανθρώπου ο οποίος είμαι! Δες τις σχετικές εικόνες του ενεργειακού συστήματος άνθρωπος.

Συνειδητοποιώ και ενεργοποιώ τις θεϊκές μου δυνατότητες!

ΑΚΟΜΗ ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΤΕΡΑ: ΠΥΞΙΔΑ ΟΔΗΓΟΣ ΣΤΑΣΗΣ ΖΩΗΣ, για φιλοσοφική ΑΤΑΡΑΞΙΑ – αποστασιοποίηση! Το αποκορύφωμα αυτής είναι η ΑΝΑΛΗΨΗ – ΑΝΑΣΤΑΣΗ, δηλαδή η ολοκληρωμένη εσωτερική ελευθερία των ανθρώπων!

Δηλαδή η ολοκληρωμένη ικανότητά μας να μην επηρεαζόμαστε από τίποτα! Δηλαδή τίποτα να μην μπορεί να μας εκνευρίσει!

«Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν, ότι παραιτούμαι από κάθε πόθο, επιθυμία ή προσδοκία του αποτελέσματος, ούτως ώστε όλα να έρχονται άμεσα και αυτόματα στα ίσια τους, μέσα μου και γύρω μου!» καθώς μας είπε ο Προφήτης Ηλίας! Απαλλαγμένοι από τον πόθο του αποτελέσματος, παύουμε να είμαστε προσκολλημένοι σε πρόσωπα και ενέργειες, ισορροπημένες ή ανισόρροπες! Παύοντας την προσκόλληση, ελευθερώνουμε τον εαυτό μας! Χρειάζεται να αποφεύγουμε τόσο την προσκόλληση, όσο και την αρνητική όψη της προσκόλλησης, δηλαδή την αποστροφή. Έτσι θα επιτυγχάνουμε ισορροπία! -Παραλλαγή στο ίδιο θέμα: η απόφια ΘΕΛΗΣΗ ανόθευτη σκοπού και απαλλαγμένη από το πάθος για το αποτέλεσμα, είναι από κάθε άποψη τέλεια!

Δηλώνουμε την πρόθεσή μας, με την καρδιά μας, στο σύμπαν, ότι απαρνούμαστε κάθε επιθυμία συνειδητή ή υποσυνείδητη, να επιβάλλουμε οτιδήποτε, διότι γνωρίζουμε και αναγνωρίζουμε, δεχόμαστε και αποδεχόμαστε ότι η ευχή και η προσευχή είναι η πλέον μη παρεμβατική πράξη Αγάπης! Έτσι, τα αφήνουμε όλα στα χέρια του Πνεύματος, του Θεού και της Ιόχρου φλόγας, δηλαδή κάνουμε πρώτα ότι καλύτερο μπορούμε και ακολουθώντας αφηνόμαστε με εμπιστοσύνη στα χέρια του Θεού (συν-δημιουργία είναι όλα)! Δηλώνουμε την πρόθεσή μας στο σύμπαν ότι αρνούμαστε να μετέχουμε στο εκάστοτε δράμα, μάταια! Έτσι αρνούμαστε να δεσμεύουμε τις ενέργειές μας μάταια και επίσης αρνούμαστε με τη στάση μας να αυξάνουμε τη συλλογική ένταση του πόνου μάταια! Ο πόνος διακρίνεται σε μόχθο και οδύνη, σωματικά ή ψυχοπνευματικά! Αντιθέτως, έχουμε σαν ιδανικό στη ζωή μας να μειώνουμε τη συλλογική ένταση του πόνου στη Γη! Ο πόνος διακρίνεται σε μόχθο και οδύνη, σωματικά ή ψυχοπνευματικά. Οι αρχαίοι Έλληνες έλεγαν ότι είναι θεϊκό να ανακουφίζεις την οδύνη! Θυσία καρδιάς ζητεί ο Θεός. Η θυσία στον πνευματικό κόσμο είναι χαρά, δεν είναι πόνος! Έτσι, αρνούμαστε να κάνουμε κομμάτι του εαυτού μας τον πόνο, το πάθος και τον θάνατο οποιουδήποτε πλάσματος στη Γη! Συμπονάμε, αλλά δεν συμπάσχουμε μάταια, ποτέ! Όμως, η συμπόνια κυλάει στο αίμα μας πάντοτε! Εμείς είμαστε η βοήθεια του Θεού και η Αγάπη Του. Η βοήθεια του Θεού και η Αγάπη Του έρχεται δια του συνανθρώπου μας! Το ιδανικό είναι να είμαστε «μαθημένοι στα δύσκολα». Να είμαστε ανθεκτικοί στις δυσκολίες και στις αναποδιές. Να μην απελπιζόμαστε, να αισιοδοξούμε διότι όλα τα δεινά τελειώνουν και ο προορισμός του ανθρώπου είναι να νικά! Δεν υπάρχει ζωή χωρίς δυσκολίες και αναποδιές! Σύμφωνα με τα παραπάνω, έτσι μαθαίνουμε να μη μας πλήττουν – προσβάλλουν οι αντιξοότητες του εξωτερικού κόσμου. Σημειώστε το ιδιαίτερος αυτό, καθώς επίσης τα εξής: για όλα τα προβλήματά σας μπορείτε να χρησιμοποιείτε επαναληπτικά τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε! Τα θετικά αποτελέσματα θα σας εκπλήξουν ευχάριστα! Επίσης, μπορείτε να χρησιμοποιείτε τη φράση: αρνητικές σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να με επηρεάζουν σε οποιοδήποτε νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή ασυνειδητό!

#### ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ:

**α)** Κάνετε την εξής δήλωση ενεργοποίησης, είτε ενώπιον του καθρέφτη, είτε όχι! «ΦΤΑΝΕΙ ΠΙΑ ΜΕ ΤΑ ΕΜΠΟΔΙΑ»! Μετά, αφήνεστε με εμπιστοσύνη στα

χέρια του Θεού! Εμπιστοσύνη είναι να νιώθεις ασφαλής με κάποιον ή με κάτι!

**β)** Αποδεχτείτε ότι όλα τα συμβαίνοντα στη ζωή σας δεν είναι ούτε καλά, ούτε άσχημα (κακά) εξ ορισμού! Αποδεχτείτε ότι από εσάς εξαρτάται πως θα επιλέξετε- αποφασίσετε ότι είναι αυτά! Μπορούμε να έχουμε την ελευθερία της στάσης αυτής! πχ κάθε εμπόδιο για καλό! και τα καλά και τα κακά δεχόμενα εξίσου!

#### ΚΑΤΕΥΘΥΝΤΗΡΙΑ ΟΔΗΓΙΑ:

Από όλα τα συνειδησιακά εργαλεία ενώπιον του καθρέφτη, το αρχικό **α)** έχει την πρωινή προτεραιότητα. Όλα τα υπόλοιπα μπορούν να χρησιμοποιούνται κατά τη διάρκεια της ημέρας, κατά το δοκούν και δέον!

**γ)** Να μάθεις να μην σε πειράζει αυτό που συμβαίνει γύρω σου, με αποδοχή, συγχώρεση κλπ συνειδησιακά εργαλεία που σας δίνω σε αυτό το βιβλίο! Μπορείτε να μάθετε να μεταμορφώνετε όλη την πίκρα που έχετε μέσα σας σε ΔΥΝΑΜΗ! Έτσι εξημερώνεται ο πόνος. Διαμέσου του πόνου έρχεται η ανακαίνιση, δηλαδή πρόκειται για σταυροαναστάσιμη κατάσταση!

#### ΗΜΕΡΗΣΙΟΣ ΑΥΤΟΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ:

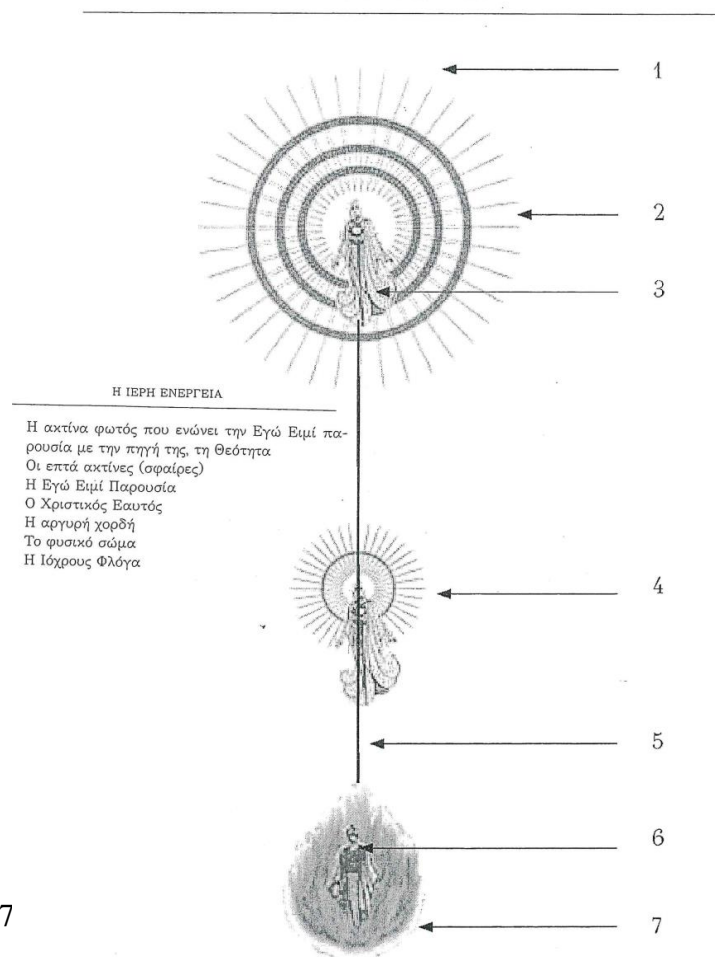
Λέτε, ενώπιον του καθρέφτη, κατάματα, το πρωί, μετά την εκφώνηση του αρχικού **α)** :

Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν, ότι είμαι ισορροπημένος/η, γειωμένος/η και εναρμονισμένος/η! Είμαι σε τέλεια ισορροπία κι ενότητα με τον Ανώτερο θεϊκό Εαυτό μου, ο οποίος με καλύπτει σαν πέπλο, σαν περίβλημα ολόκληρου του σώματός μου 24 ώρες το 24ωρο! Δείτε τις σχετικές εικόνες του ενεργειακού συστήματος άνθρωπος! Δηλώνω επίσης την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν, ότι η σημερινή ημέρα είναι η καλύτερη ημέρα της ζωής μου!

#### **ΣΚΙΤΣΟ ΚΑΙ ΕΙΚΟΝΑ ΤΟΥ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ**



#### ΙΟΧΡΟΥΝ ΠΥΡ



Όταν δυσκολεύεστε να βρείτε τον δρόμο της ΕΝΩΣΗΣ με τον Ανώτερο Θεϊκό Εαυτό σας για να επιδιώξετε κάτι και όταν δεν μπορείτε να επιλέξετε ακόμη, τότε κάνετε τα εξής:

**α)** Οραματίζετε μία φωτεινή σκάλα πλημμυρισμένη με ασημένιο Φως, που ανεβαίνει στον Ουρανό και όπου στο άνω, καταληκτικό μέρος της, στη Σελήνη, είναι παρών ο ΑΑ Γαβριήλ και σας περιμένει να σας υποδεχτεί!

**β)** Λέτε, όταν ανεβαίνετε τη σκάλα: «ευθύς είναι ο δρόμος μου στα μάτια του Κυρίου μου»!

Λοιπόν, τώρα είναι ο καιρός για υλοποίησης – γείωση – πραγμάτωση!

**ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ:** τίποτα δεν υπερέχει και δεν επιβάλλεται στα υπόλοιπα μέρη του εαυτού-Εαυτού.

**ΓΕΙΩΣΗ:** υλοποίηση-εργασία και ξεπέρασμα! Ψυχική υγεία υπάρχει στον άνθρωπο, όταν αυτός μπορεί να εργάζεται και να αγαπά όπως και ν' αγαπιέται! Ο άνθρωπος βρίσκεται ανάμεσα στον ουρανό και τα κατώτερα βασίλεια, στα βασίλεια χαμηλότερων δονήσεων. Έτσι, παίζει τον ρόλο του διανεμητή της ενέργειας, αλλά δεν μπορεί να την διανείμει αν δεν είναι καλά γειωμένος, δηλαδή να τρώει, να πίνει, να βαδίζει, να χαίρεται τη ζωή του με ευθυμία και θερμά αισθήματα! Έτσι, μπορεί να λέγει: «Εγώ ξέρω τι θέλω για να έχει νόημα ο κόσμος!». «Είμαι πέρα από την επιτυχία και την αποτυχία!». Λοιπόν, τώρα είναι η ώρα για υλοποίηση, γείωση, πραγμάτωση.

Η αυτοκατάφαση, προϋποθέτει αυτογνωσία!

Στην παρούσα φάση αυτογνωσίας και έκφρασης της ανθρωπότητας ισχύουν τα εξής: είναι στη φύση των πραγμάτων, ο άνθρωπος που ζει τις διάφορες καταστάσεις της ζωής να γεμίζει με σαβούρα και να αποκτά γωνίες και αιχμές ο ψυχισμός του (καταστάσεις φωτογραφίας Α)! Αυτές οι γωνίες και οι αιχμές μπορεί να είναι έπαρση, φόβος, μίσος, οργή, αντιπάθειες κ.α. Όλα αυτά οδηγούν τον άνθρωπο να αντιμετώπιζει τον νόμο της αιτίας και του αποτελέσματος (κάρμα)! Κατόπιν τούτου, ο άνθρωπος μπορεί να αναγνωρίζει ότι όλα αυτά είναι χαρακτηριστικά μη απαραίτητα. Άρα, μπορεί να τα αφήνει να ατροφήσουν κατευθύνοντας την ενέργεια σε άλλους σκοπούς. Σκοπούς καταστάσεων φωτογραφίας Β! Έτσι, λειαινούνται οι αιχμές και οι γωνίες του ψυχισμού και οι άνθρωποι μαθαίνουν, μαθαίνουν κι εξελίσσονται. Αυτή είναι η διαδικασία αλλαγής του Εαυτού μακρόσυρτη! Μακρόσυρτη διότι κρατάει (διαρκεί) χιλιετίες πολλές και πραγματώνεται δια μέσου των αλληπάλληλων μετενσαρκώσεων!

Κατά τη διάρκεια όλης αυτής της διαδικασίας, η θεότητα είναι παρούσα ως ΑΡΧΕΤΥΠΟΝ, δηλαδή ως ΙΔΕΑ ΠΡΟΤΥΠΟΥ!

**ΑΡΜΟΝΙΑ:** σφαιρικά και ισόρροπα! Επιτύχετε σφαιρική αντίληψη Εαυτού! Η σφαίρα είναι το τέλει σχήμα! Να γίνετε οι θεοί που είστε στη Γη και να απολαμβάνετε αυτό που είστε! Ηθικό είναι αυτό που προέρχεται από την Αλήθεια του όντος και την υποστηρίζει!

**5) Ο ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ ΚΙ ΕΣΕΙΣ,** όπως δόθηκε από τον παππού Ποσειδώνα, κατά τη

διάρκεια ανώτερης επικοινωνίας μαζί Του! Έχει ως εξής:

Το ΑΛΛΟ ΣΑΣ ΕΓΩ βρίσκεται στην άλλη πλευρά του καθρέφτη! Έχετε 2 εγώ: αυτό που αντιλαμβάνεστε όταν είστε στο φυσικό πεδίο και ΕΝΑ ΑΛΛΟ ΕΓΩ ΠΟΥ ΑΝΤΙΛΑΜΒΑΝΕΣΤΕ ΣΤΗΝ ΑΛΛΗ ΠΛΕΥΡΑ ΤΟΥ ΚΑΘΡΕΦΤΗ! Νομίζετε ότι το εγώ στο φυσικό πεδίο είναι αυτό που υπάρχει πραγματικά! Επίσης, νομίζετε ότι μέσα στον καθρέφτη βλέπετε το είδωλό σας! Όμως τα πράγματα διαφέρουν! Στον ΚΑΘΡΕΦΤΗ ΒΛΕΠΕΤΕ ΟΛΟ ΤΟ ΥΠΟΛΟΙΠΟ ΤΗΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΣ ΣΑΣ, αυτήν που δεν συνειδητοποιείτε στο φυσικό πεδίο! Μάλιστα η εικόνα σας, η μορφή σας στο φυσικό πεδίο ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΚΑΘΡΕΦΤΙΣΜΑ ΕΚΕΙΝΟΥ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ! Να κατανοήσετε ότι στην άλλη πλευρά του καθρέφτη ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΟΛΟ ΣΑΣ ΤΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ, και βρίσκεται εκεί σαν ενέργεια που εκφράζεται με τη μορφή συμβόλων! Γι' αυτό, όταν καλείστε να κοιτάξετε εσωτερικά στον καθρέφτη, με τα Πνευματικά σας μάτια, ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΔΕΙΤΕ ΕΝΑΝ ΤΕΛΕΙΩΣ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟ ΚΟΣΜΟ! Είναι πιθανό να δείτε τον Εαυτό σας επίσης, με άλλα χαρακτηριστικά, με μορφή παρόμοια εκείνης της φυσικής σας μορφής, ΑΛΛΑ ΑΛΛΟΙΩΜΕΝΗ ανάλογα με την κατάσταση που ΒΙΩΝΕΙ Η ΨΥΧΗ σας, την συγκεκριμένη στιγμή! Ένα άτομο σε κατάθλιψη μπορεί να δει τη μορφή του στον καθρέφτη ΒΑΘΥΤΑΤΑ ΘΛΙΜΜΕΝΗ, ΚΟΥΡΑΣΜΕΝΗ, ΓΕΡΑΣΜΕΝΗ! Έτσι, μπορείτε να καταλάβετε ότι η πρόσβαση που έχετε μέσα από τον καθρέφτη δεν αφορά ένα πεδίο, αλλά πάρα πολλά πεδία, που μπορείτε να προσεγγίζετε μέσα από τον καθρέφτη και ΤΑ ΕΠΙΠΕΔΑ ΤΟΥ! ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΑΘΡΕΦΤΗ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΤΕ ΤΟ ΑΛΛΟ ΣΑΣ ΕΓΩ, σε όλες τις διαστάσεις, ΣΥΜΒΟΛΟΠΟΙΗΜΕΝΑ! Ο θεϊκός Εαυτό σας και το Πνεύμα σας βοηθούν γι' αυτό! Να θυμάστε ότι ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΒΛΕΠΕΤΕ ΜΕΣΑ ΣΤΟΝ ΚΑΘΡΕΦΤΗ ΕΙΝΑΙ ΣΥΜΒΟΛΙΚΟ, όπως συμβαίνει και στα όνειρα! Η ενέργεια λειτουργεί με τη δική της αντιστοιχία στο ΣΥΜΒΟΛΙΚΟ ΠΕΔΙΟ ΤΗΣ ΨΥΧΗΣ ΣΑΣ! Η άλλη πλευρά του καθρέφτη μπορεί να σας είναι πολύτιμη, ΟΤΑΝ ΓΝΩΡΙΖΕΤΕ ΠΩΣ ΝΑ ΔΟΥΛΕΥΕΤΕ ΜΕ ΤΑ ΣΥΜΒΟΛΑ! Όταν θυμάστε ότι το να μπειτε στον καθρέφτη ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑΣ ΔΡΟΜΟΣ ΔΙΑΦΥΓΗΣ, ΑΛΛΑ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑΣ ΤΡΟΠΟΣ ΝΑ ΜΠΕΙΤΕ ΒΑΘΥΤΕΡΑ ΣΤΗΝ ΨΥΧΟΣΥΝΘΕΣΗ ΣΑΣ, ΣΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΣΑΣ ΔΟΜΗ! Όλες οι ενέργειες που βλέπετε εκεί βρίσκονται επίσης γύρω σας, στο φυσικό πεδίο! Μέσα από τον καθρέφτη τις αντιλαμβάνεστε σε σχέση με εσάς! Ο,ΤΙ ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΤΗ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΠΛΕΥΡΑ ΤΟΥ ΚΑΘΡΕΦΤΗ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟ! Ο,ΤΙ ΥΠΑΡΧΕΙ ΣΤΗΝ ΑΠΟ ΕΚΕΙ ΠΛΕΥΡΑ ΤΟΥ ΚΑΘΡΕΦΤΗ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΑΣΥΝΕΙΔΗΤΟ!

Μέσα από τη θέαση του καθρέφτη συλλέγετε μνήμες και ενέργειες που ήταν πριν σκόρπιες! Τα μάτια που βλέπουν διασκορπισμένες μορφές, διαλυμένες, ενίοτε τρομακτικές στον καθρέφτη τους, βλέπουν μόνο αυτό που καθρεφτίζει το φυσικό πεδίο, δηλαδή βλέπουν τα πάθη του εγώ τους! Χρειάζεται να κατασιγάσετε τα πάθη! Τούτο επιτυγχάνεται με τη χρήση συγκεκριμένων πνευματικών μέσων (συνειδησιακών εργαλείων) τα οποία σας έδωσα ήδη και θα σας δώσω! Επίσης τούτο επιτυγχάνεται με νοητική εικονοπλασία στη νοερή σας οθόνη, όπου βλέπετε ότι καθαρίζετε τον καθρέφτη σας με ένα ξεσκονόπανο! Ο ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ ΣΑΣ ΦΕΡΝΕΙ ΣΕ ΕΠΑΦΗ ΜΕ ΤΟ ΑΣΥΝΕΙΔΗΤΟ ΣΑΣ! Στην άλλη πλευρά του καθρέφτη υπάρχει όλο σας το δυναμικό! Αναζητείστε τη μνήμη σαν λειτουργία σύνδεσης με το ασυνείδητο!

Πως μπορείτε να εφελκύσετε από το ασυνείδητο μία ενέργεια-μνήμη σας στοχευμένα; Τούτο θα λειτουργούσε ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ για πολλά προβλήματά σας! Κοιτάξτε στο βάθος του καθρέφτη σας απαλλαγμένοι από τις προκαταλήψεις

σας, από τους προϋποθέσεις σας και περιμένετε να φανεί η εικόνα! Όταν φανεί, μπειτε μέσα στον καθρέφτη νοερά, πλησιάστε την, συνδεθείτε μαζί της και αναρωτηθείτε μήπως πρέπει να δείτε πίσω από αυτή την εικόνα! Έτσι, θα φτάσετε στην Αλήθεια, την αληθινή ΕΝΕΡΓΕΙΑ! ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΟΙΤΑΤΕ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΑΘΡΕΦΤΗ ΟΛΑ ΟΣΑ ΣΑΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΖΟΥΝ, με τη βοήθεια του Πνεύματος! Σημειώστε ότι ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΚΑΘΟΔΗΓΗΣΕΤΕ ΑΛΛΟΥΣ ΣΕ ΑΥΤΗ ΤΗ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ!

Τέλος, ΖΗΤΕΙΤΕ ΒΟΗΘΕΙΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΟΣΕΙΔΩΝΑ ΟΤΑΝ ΚΟΙΤΑΤΕ ΣΤΟΝ ΚΑΘΡΕΦΤΗ ΣΑΣ! Πείτε: «καλώ τον παππού Ποσειδώνα» και οραματιστείτε αυτόν να έρχεται μέσα σε έναν κύκλο από δελφίνια!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο**

### **ΕΝΕΡΓΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΦΩΤ/ΦΙΑΣ Β ΜΕΣΑ ΣΑΣ**

Λέτε τα παρακάτω, επαναληπτικά 30 φορές ή αν θέλετε και περισσότερες, πρωί, μεσημέρι, βράδυ (τακτικά σαν να επρόκειτο για χάπι).

Λέτε επίσης τα παρακάτω, επαναληπτικά, εκτάκτως όταν είστε στενοχωρημένοι και θέλετε να νιώσετε καλύτερα! Μάθετε να θέλετε να αλλάζετε τη διάθεσή σας από αρνητική και σκοτεινή σε θετική και φωτεινή!

**α)** Σταμάτησε να σκέπτεσαι αρνητικά και σκέψου κάτι θετικό και ευχάριστο! Άλλαξε τον τρόπο της σκέψης σου προς το καλύτερο και όλα θα πάνε καλύτερα! Σημείωση: έχετε επιλέξει – προετοιμάσει τις θετικές σκέψεις που θα χρησιμοποιείτε! Επίσης όταν κάτι ενοχλητικό ή άσχημο σας συμβαίνει, να αποτρέπετε τη σκέψη σας ότι εσείς φταίτε γι' αυτό! Απλώς, διδαχτείτε και από το ότι το έξω αντικαθρεπτίζει το μέσα και ενεργείστε ανάλογα! Λέγετε επαναληπτικά επίσης το εξής: αρνητικές σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να μ' επηρεάζουν στ' οποιοδήποτε νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή ασυνειδητό! Δηλώνω την πρόθεσή μου προς τούτο! Είστε μία σπίθα βούλησης (πρόθεσης) που ανήκει στον θείο ΝΟΥ! Επίσης για τους ίδιους λόγους να λέτε επαναληπτικά τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε! Είμαστε Θεός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

**β)** SOS, δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν ότι κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα, δηλαδή όλο και πιο ισορροπημένος/η, όλο και πιο θεραπευμένος/η, από άποψη υγείας και ισορροπίας!

**γ)** Ειδικότερα για τους πιστούς Χριστιανούς:

Εις το όνομα του Πατρός, του Υιού και του Αγίου Πνεύματος, δια της Μίας, Αγίας, Αδιαιρέτου και Ομοουσίου Τριάδος, ταίς πρεσβεΐαις της Υπεραγίας Θεοτόκου, ΕΙΜΑΙ ΚΑΛΑ και κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα, δηλαδή όλο και πιο ισορροπημένος/η, όλο και πιο θεραπευμένος/η, δηλαδή από άποψη υγείας και ισορροπίας!

**Σημείωση:** ο Κρύων της μαγνητικής υπηρεσίας ή της Χριστικής υπηρεσίας ή ο

Χριστός στη Γη συνοψίζει όλα αυτά με τις εξής 2 λέξεις: Είμαι θεραπευμένος/η!

**δ)** Κύριε ημών Ιησού Χριστέ ελέησόν με!

**ε)** Ιησούς Χριστός νικά κι όλα τα κακά σκορπά!

**στ)** Είμαι γεμάτος/η Δύναμη, δηλαδή γεμάτος Αγάπη και Εμπιστοσύνη (Πίστη)! Γεννηθήτω σοι όσα είστευσας! Η Αγάπη και η Ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

**ζ)** Ο ιερέας (η ιέρεια) που είμαι εκδηλώνω τη θεία Πρόθεση στη Γη, γίνομαι ο χώρος, γίνομαι οι συνθήκες, γίνομαι ο/η επόπτης, ιερουργώ ως κύριος και Βασιλεύς του εαυτού μου (ως Κυρία και Βασίλισσα του εαυτού μου) στο γήινο πεδίο! Εγώ είμαι ο ιερέας/η ιέρεια, εγώ είμαι ο ναός, εγώ είμαι το εκκλησίασμα, εγώ είμαι ο ΘΕΟΣ! ΟΛΑ ΕΚ ΤΩΝ ΕΣΩ, ΤΙΠΟΤΑ ΕΚ ΤΩΝ ΕΞΩ! Εις ουδεμίαν άλλην ουσίαν να στηρίζεσαι πλην της δικής σου! Η αλλαγή του κόσμου προς το καλύτερο ξεκινάει εκ των έσω, αλλάζοντας την σκέψη μας, προς το καλύτερο, και είναι αυτή που αλλάζει τον κόσμο, την γήινη πραγματικότητα. Μην ξεχνάτε ότι είμαστε ο Θεός στη Γη και ότι μέρος της θεότητάς μας είναι το ιερό μας σώμα! Το σώμα μας είναι το μόνο ασφαλές μας μέρος, να το αγαπάμε διότι μας συνδέει με τη μάννα γη και τον έναστρο ουρανό, όπως και με τις άλλες διαστάσεις, μέχρι να γίνουμε Φως!

Η βάση της ψυχοθεραπευτικής μου μεθόδου είναι η αφύπνιση και η ενεργοποίηση της εσωτερικής – θεϊκής – αυτοθεραπευτικής δύναμης του οργανισμού, δηλαδή κατάστασης φωτογραφίας Β μέσα μας! Κατάστασης που έχει καταπλακωθεί από τα συναισθηματικά σκουπίδια τα οποία προκαλούν την αρρώστια!

**η)** Αν περιμένω από τους άλλους να φωτίζουν τα βήματά μου, τότε μία ζωή θα σκουντουφλάω, θα είμαι λεμέχ (λεμές, πρβλε σχετική βρισιά), δηλαδή γελωτοποιός και καρπαζοεισπράκτορας! Γι' αυτό φροντίζω να μάθω να είμαι Κύριος του εαυτού μου και της κατάστασης, δηλαδή ΒΑΣΙΛΕΑΣ! (Μελέχ στα Εβραϊκά). Ζήτω η αυτοκυριαρχία, η Αυτοτέλεια, η Αυτοδυναμία - αυτοδιάθεση, το Αυτεξούσιο μου! Όλα εκ των έσω, τίποτα εκ των έξω! «Εις ουδεμίαν άλλην ουσίαν να στηρίζεσαι πλην της ιδικής σου» ΜΕ ΣΘΕΝΟΣ ΚΑΙ ΚΑΡΤΕΡΙΑ! Εγκρίνω τον εαυτό μου και είμαι ελεύθερος! Προχωρώ μέσα από το ορθό! Μένω και κρατώ! Δεν τα παρατάω ποτέ! Όταν πέφτω, ξανασηκώνομαι πιο δυνατός χωρίς να χάνω την καλή μου διάθεση. Βιώνω ότι δεν μου χρωστάει κανένας τίποτα.

**θ)** Μένω σταθερός στην ενέργεια του Φωτός, στη δόνηση της Αγάπης μέσα μου, δηλαδή στην κατάσταση φωτ/φίας Β και λειτουργώ μέσα από αυτήν! Έτσι, νικιέται ο εσωτερικός μου δολιοφθορέας (η κατάσταση φωτ/φίας Α – φόβου) μέσα μου από την Αγάπη! Δείχνω σταθερή επιμονή στη δόνηση της Αγάπης, λέγοντας κάθε φορά που πίνω ή τρώγω κάτι: «πίνω ή τρώγω Αγάπη, αφομοιώνω Αγάπη, είμαι Αγάπη»! Η ικανοποίηση που θα φέρνει το καινούριο, θα είναι ο οδηγός μου σε αυτή την πορεία!

**ι)** Αγκαλιάζω στοργικά τις ανασφάλειές μου, τις χαϊδεύω τρυφερά και δηλώνω την πρόθεσή μου σε αυτές και στο σύμπαν να τις ΑΓΑΠΩ πολύ! Τις αγκαλιάζω, τις αγαπώ, τις αφομοιώνω – μετουσιώνω, τις αποχαιρετώ οριστικά! Αυτό είναι



το γενικό πρότυπο ριζικής επίλυσης των ψυχοπροβλημάτων μας! Υλοποιήστε – γειώστε – πραγματώστε! Δηλώστε την πρόθεσή σας προς τούτο! Είστε μία σπίθα βούλησης (πρόθεσης) που ανήκει στον θείο Νού! Λέτε επίσης επαναληπτικά: ΑΡΝΗΤΙΚΕΣ σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να με επηρεάζουν σε όποιο νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή ασυνειδητό! Επίσης, για τους ίδιους λόγους, καθώς και για όποιο πρόβλημα υγείας, να λέτε επαναληπτικά τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο**

### **ΑΚΥΡΩΣΗ ΤΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ Α ΜΕΣΑ ΣΑΣ**

(παραλόγου – παθολογικού φόβου) σε κάθε πρόβλημα σχέσεων με τους άλλους.

Ειδικότερα αναφέρονται ενδεικτικά: όλες οι μορφές φόβου–ενοχής–τύψεων, επίκρισης, αυτοεπίκρισης, άγχους, θυμός, οργή, ανάγκη εκτόνωσης από στεναχώρια ή καταπίεση, λύπη, θλίψη, κατάθλιψη, αϋπνία, πικρία, ανασφάλεια, έλλειψη αυτοεκτίμησης - αυτοπεποίθησης, υπερένταση, εκνευρισμός, όλα τα ψυχοσωματικά νοσήματα, πχ ψωρίαση, δερματοπάθειες, βρογχικό άσθμα, νεύρωση στομάχου, άφθες, σπασμική κολίτιδα και όλη η εσωτερική παθολογία, αγοραφοβία, κλειστοφοβία, υψοφοβία, όλες οι φοβίες γενικά! Επίσης, όλες οι καταστάσεις πανικού, αγωνίας–ανυπομονησίας, ονυχοφαγία, τραύλισμα, απελπισία, απογοήτευση, υπερβολική δυσπιστία (έλλειψη εμπιστοσύνης) στους άλλους! Επίσης, η καταπίεση από γονείς, συζύγους, μέλη της οικογένειας, προϊσταμένους ή από την φύση της ίδιας της εργασίας, καθώς και οι γυναικολογικές παθήσεις, όπως οι διαταραχές του κύκλου της περιόδου, η δυσμηνόρροια, το προεμμηνορρικό σύνδρομο, οι κύστεις των ωοθηκών, η ενδομητρίωση, τα ινομύματα μήτρας κλπ. Τέλος, αναφέρω το αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο και την οσφυοϊσχιαλγία! Πρόκειται για καταστάσεις υπερέντασης, δηλαδή για εξάρτηση χωρίς εκφόρτιση!

Το ζητούμενο είναι να μάθετε να αγωνίζεστε επιτυχώς ενάντια αυτού που σας συμβαίνει και οδηγεί πιθανώς όλη την οικογένειά σας στο χάος και την απόγνωση! Με όσα σας λέγω εδώ και με όσα θα σας πω παρακάτω θα μπορείτε να αντιστέκεστε – συμφιλιώνεστε επιτυχώς σε ό,τι αντιστέκεται στη ζωή μέσα σας, δηλαδή στον εσωτερικό σας δολιοφθορέα (σαμποτέρ), ο οποίος είναι κατάσταση φωτ/φίας Α μέσα σας! Δύο αρνήσεις κάνουν μία κατάφαση! Έτσι εφαρμόζεται η διαλεκτική αρχή που προβλέπει όχι μόνο την πάλη των αντιθέτων, αλλά και την ενοποίησή τους, στην προκειμένη περίπτωση ΜΕ ΑΓΑΠΗ!

Αναλυτικότερα: με αποδοχή, Αγάπη, συν-χώρηση – μετουσίωση και απελευθέρωση, χωρίς αντιπαλότητα – εχθρότητα, διότι η κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα μας (ο εσωτερικός μας δολιοφθορέας – η σκοτεινή σκιά μας) είναι χρήσιμη και μέρος του εαυτού μας! Είναι μέρος του εαυτού μας που χρειάζεται να φωτίσουμε και να αγαπήσουμε, δηλαδή να γινόμαστε συνειδητοί, ειρηνικοί αγωνιστές του Φωτός, δηλαδή να αγκαλιάσουμε, να χαϊδεύουμε, να

αγαπάμε τρυφερά τον φόβο μας – εσωτερικό δολιοφθορέα μας – την σκοτεινή σκιά μας και τότε θα καταλάβουμε ότι αυτό είναι αρκετό για την αλλαγή και την ελευθερία, με αποδοχή! Σε ό,τι εναντιωνόμαστε, αυτό δυναμώνει! Ό,τι αγαπάμε, αποδεχόμαστε και φροντίζουμε – ποτίζουμε με Αγάπη, αυτό θεραπεύεται! Αυτή είναι η σοφία της ένωσης, η σοφία της αλλαγής! Η έννοια του συνειδητού, ειρηνικού αγωνιστή του Φωτός, όπου αναγνωρίζουμε, συνεργαζόμαστε, αποδεχόμαστε, κατανοούμε και απελευθερώνουμε! Η ΑΠΟΔΟΧΗ είναι το κλειδί και όχι ο πόλεμος! Να σταματήσουμε να πολεμάμε τους φόβους μας και να τους βάζουμε απέναντί μας, αλλά να τους αναγνωρίζουμε και να συμφιλιωνόμαστε μαζί τους! Ποιος είπε ότι δεν χρειαζόμαστε την σκιά μας, δηλαδή τον εσωτερικό δολιοφθορέα μας; Ο λόγος για όλα όσα συμβαίνουν είναι η εμπειρία, η Γνώση, η σοφία και η διαχείριση! Γι' αυτό ερχόμαστε στη Γη, για την εμπειρία με το βίωμα. Η εμπειρία χρειάζεται επεξεργασία, χρειάζεται κατανόηση, χρειάζεται ανάληψη ευθύνης, χρειάζεται Φως, χρειάζεται Αγάπη κι ευγνωμοσύνη, χρειάζεται συν-χώρεση και αποδοχή και έτσι το παλιό απομακρύνεται – αποχωρεί ειρηνικά. Έτσι ξεμαθαίνουμε τα παλιά σκοτεινά και μαθαίνουμε τα καινούργια Φωτεινά! Έτσι διαπλάθεται ο Συνειδητός, ειρηνικός αγωνιστής του Φωτός, δηλαδή ο άνθρωπος που δενέχει απλώς ανακωχή με τον σκοτεινό εαυτό του (σκιά του), εσωτερικό δολιοφθορέα (κατάσταση φωτογραφίας Α) αλλά έχει επιτύχει αρμονία, ισορροπία και σύνθεση όλων των μεριδιών του εαυτού του, με πρωτεύον την εξισορρόπηση της σκιάς μας, δηλαδή του σκοτεινού μέρους του εαυτού μας (κατάσταση φωτογραφίας Α). Slogan: σκοτάδι μου σ' αγαπώ και σ' αποδέχομαι πλήρως, σε συγχωρώ και σε μετουσιώνω, δηλαδή ανεβαζω τη συχνότητα της δόνησης σου, ούτως ώστε να γίνεσαι και να είσαι ΦΩΣ συνείδησης.

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** στο σκοτάδι απαντάς με Φως! Το κακό συντροφεύεται – συμφιλιώνεται με το καλό, ώστε να ισορροπούμε! Το γήινο «εγώ» δεν χρειάζεται να εξαφανισθεί αλλά να συνδεθεί με το θείον, δηλαδή το γήινο «εγώ» να τεθεί στην υπηρεσία της ψυχής μας. Έτσι, το εσωτερικό μας Φως μας βοηθάει να επικοινωνούμε με το θείον! Οι άνθρωποι χρειάζεται να αρχίσουν να αναγνωρίζουν την ανάγκη της ισορροπίας, την ανάγκη να βάλουν το σκοτάδι τους με το Φως τους, να αγκαλιαστούν με Αγάπη! Αγαπούμε το σκοτάδι μας, το αποδεχόμαστε πλήρως, το συγχωρούμε και το μετουσιώνουμε, δηλαδή ανεβάζουμε την συχνότητα των δονήσεών του, ώστε να γίνεται ΦΩΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ!

**Slogan:** Έχεις την αίσθηση ότι αποκτάς τον έλεγχο (κυριαρχείς) όταν νικάς τον παράλογο – παθολογικό φόβου σου! Ο φυσιολογικός φόβος σε προστατεύει από τον κίνδυνο, άρα είναι ωφέλιμος – χρήσιμος!

Δείτε και παρακάτω σχετικά.

**1)** Μόλις έχετε δυσκολίες, όπως προαναφέρθηκαν, αρχίζετε να λέτε ψαλμουδιστά τα εξής πάρα πολλές φορές:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Αναγνωρίστε, αποδεχτείτε χωρίς κρίση, ακυρώστε, μετουσιώστε, νιώστε ευγνωμοσύνη.....πολλές επαναλήψεις

**ΣΧΟΛΙΟ:** ευγνώμονες νιώθετε όταν το Πνεύμα σας αγκαλιάζει!

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά..... πολλές επαναλήψεις

Μεγαλώνω ψυχικά σημαίνει ότι παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου!

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ** γενικώς ισχύουσα: όσο περισσότερες φορές δηλώνετε αυτά στον εαυτό σας, τόσο πιο πραγματικά θα γίνονται! Όσο περισσότερο τα ακούτε, όσο περισσότερο τα λέτε, τόσο περισσότερα νευρικά κύτταρα στον εγκέφαλό σας θα έρθουν μαζί, για να δημιουργήσουν τη θεραπεία σας, δηλαδή δημιουργούνται οι κατάλληλοι αυτοματισμοί.

Οι λέξεις *μαζί – με – το καλό* είναι ενεργειακοί διακόπτες που μετατρέπουν την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α στην ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Β!

**2)** Όταν έχετε κάποιο πρόβλημα σε σχέση με τους άλλους ή με τον άλλο, τότε λέτε: «αγνόησε εσωτερικά τον ενοχλητικό!». Δείτε και προηγούμενα. Π.χ. η προσβολή από τον άλλο ισχύει μόνον όταν εμείς την θεωρήσουμε και την νομίσουμε ως προσβολή. Αν εμείς την αγνοήσουμε και δεν τη θεωρήσουμε – νομίσουμε ως προσβολή, τότε ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ, δηλαδή αυτό που πρέπει να αλλάξει από εμάς είναι η δική μας διαχείριση των ενεργειακών πεδίων, με όργανο την οδηγό Συνείδηση, τον Νου αυτοκράτορα!

**SOS!** Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι: «Αρνητικές σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να με επηρεάζουν σε οποιοδήποτε νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή υποσυνειδητό»! Για τον ίδιο σκοπό, να λέτε επαναληπτικά τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – μετουσιώστε!

Η φράση αυτή θα λέγεται φωναχτά 30 φορές τουλάχιστον, το πρωί, το μεσημέρι, το βράδυ (τακτικά, σαν να επρόκειτο για χάπι).

Επίσης, θα λέγεται κάθε φορά που έχετε δυσκολίες – στεναχώριες επί 30 φορές τουλάχιστον, μέχρι να νιώσετε καλύτερα! Έτσι θα μάθετε να θέλετε να αλλάζετε τη διάθεσή σας, από αρνητική και σκοτεινή (κατάσταση φωτογραφίας Α) σε θετική και φωτεινή (κατάσταση φωτογραφίας Β). Έτσι μπορείτε να μην επιτρέπετε σε κανέναν και τίποτα να σας χαλάει τη διάθεση! Η επιλογή – απόφαση είναι στο χέρι σας, είναι δική σας! Χρησιμοποιείτε γι' αυτό και τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, επαναληπτικά!

Slogan: δεν στενοχωριόμαστε για πράγματα που δεν μπορεί να αλλάξουν, που δεν μπορούμε να κάνουμε τίποτα!

Βάσει των προαναφερθέντων το συνειδησιακό εργαλείο που σας παρουσιάστηκε εδώ, θα μπορούσε να πάρει και την εξής μορφή:

Δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν ότι αρνούμαι να επιτρέψω σε κανέναν και τίποτα, του εαυτού μου συμπεριλαμβανομένου, να με επηρεάσει αρνητικά με οποιονδήποτε τρόπο!

Σχόλιο: Χρειάζεται να μάθουμε να μην επηρεαζόμαστε αρνητικά από τίποτα και κανένα, ποτέ! Λέμε για το αίτιο: δεν υπάρχουν, είσαι σκιά!

Υλοποίηση, γείωση, πραγμάτωση! Στα πλαίσια αυτά εντάσσεται και το χιούμορ. Το χιούμορ είναι η ευγένεια της απελπισίας και είναι ένδειξη ψυχικής υγείας και δύναμης!

**3)** Όταν έχετε κάποιο επικοινωνιακό πρόβλημα με τους άλλους ή με τον άλλο, τότε μπορείτε να χρησιμοποιείτε την ενεργειακή κουρτίνα της ΣΩΤΗΡΙΑΣ (ολοκληρίας)! Η ευεργετική λειτουργία της ενεργειακής κουρτίνας της ΣΩΤΗΡΙΑΣ ομαλοποιεί τις ενέργειες μεταξύ μας, όταν υπάρχουν ένταση - δυσαρμονία – ερεθισμός! Άρα, η κουρτίνα της Σωτηρίας λειτουργεί ως

εξομαλυντής ενεργειών!

## Περιγραφή της ενεργειακής κουρτίνας της ΣΩΤΗΡΙΑΣ

Οραματίζεστε ότι έρχεται από πάνω ένα ενεργειακό φράγμα, ένα ενεργειακό παραπέτασμα και τοποθετείται ανάμεσα σε εσάς και στον προβληματικό άλλον ή άλλους! Το ενεργειακό αυτό παραπέτασμα είναι μία φωτεινή, κρυστάλλινη, διαυγής και ελαφρά ασημένια ενέργεια! Μόλις η κουρτίνα Σωτηρίας πάρει τη θέση της, τότε ο εκνευρισμός και η ένταση υποχωρούν σύντομα και ανάμεσα σε εσάς και το άλλο άτομο ή άτομα. Εκδηλώνονται Ειρήνη, γλυκύτητα και άμεση βελτίωση της επικοινωνίας! Ο κοινωνικός βίος και η ατομική ύπαρξη εντός του είναι χώρος επικοινωνίας. Η ματιά, η συνομιλία, η επαφή, η σχέση είναι το θεμελλιακό στοιχείο!

Αναλυτικότερα η κουρτίνα της Σωτηρίας – Ολοκληρίας/Ολότητας:

Είναι μετουσιωτής ενεργειών! Εξομαλύνει τις ενέργειες και βοηθάει για εποικοδομητική επικοινωνία! Η φωτεινή καθαρή κρυστάλλινη ενέργειά της προέρχεται από τον Ανώτερο θεϊκό Εαυτό και από τον Ανώτερο θεϊκό Εαυτό σας θα τη ζητάτε! Γεφυρώνει το χάσμα ανάμεσά μας και κάνει προσιτή τόσο την επιφανειακή, όσο και την βαθύτερη επικοινωνία, διότι εξισορροπεί τις ενέργειες αμφοτέρων των πλευρών! Δεσμεύει, σαν ένα δίκτυ, τις χαμηλές δονήσεις (φωτ/φία Α) και τις μετουσιώνει σε υψηλότερες (φωτ/φία Β)! Αντιστοιχεί στη στάση: **«ο θεός μέσα μου αναγνωρίζει, χαιρετά και ευλογεί τον θεό μέσα σου»!**

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: «νάμαστε». Θεοί εστέ εν εμοί τω Θεώ! Ο άνθρωπος είναι «κεκελευσμένος» θεός! Είμαστε Θεϊός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του Η κουρτίνα της Σωτηρίας κάνει καλό σε όλους τους εμπλεκόμενους που μπορεί να είναι αρκετοί! Είναι άμεση, πολύ πιο γρήγορη από την διαδικασία της συν-χώρεσης- -αλληλοπεριχώρεσης (εγώ Είμαστε, εμείς Είμαι) και θέτει σε λειτουργία την άμεση ΑΠΟΔΟΧΗ των εμπλεκόμενων μεταξύ τους! Όσο πιο συνειδητά γίνεται, τόσο μεγαλύτερη δύναμη έχει-αποδίδει! Είναι ένας κβαντικός μετατροπέας που «προστατεύει» όλα τα μέρη από την χαμηλή δόνηση! Αν και μπαίνει ανάμεσα στα μέρη, λειτουργεί σαν γέφυρα και όχι διαχωριστικά, όπως ακριβώς συμβαίνει και με το σπαθί του ΑΑ Μιχαήλ, το οποίο όταν κόβει δεν διαχωρίζει, αλλά ενώνει, δηλαδή κόβει όσα μας χωρίζουν! Όσο πιο πολύ εξασκούμε τη χρήση της κουρτίνας της ΣΩΤΗΡΙΑΣ, τόσο περισσότερο βελτιώνεται η λειτουργία της! Η ΧΡΗΣΗ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙ ΤΟ ΟΡΓΑΝΟ!

{Η χρήση της κουρτίνας της Σωτηρίας – ολοκληρίας ως συνειδησιακού εργαλείου συνοπτικά: δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν ότι ο θεός μέσα μου αναγνωρίζει, χαιρετά και ευλογεί τον θεό μέσα στον «απέναντι». Νάμαστε! Ταυτόχρονα και παράλληλα με το «νάμαστε» δηλώνω την πρόθεσή μου ότι με την βοήθεια του ανώτερου, θεϊκού Εαυτού μου συν-δημιουργώ την κουρτίνα της Σωτηρίας – ολοκληρίας ανάμεσά μας, δηλαδή ένα πέτασμα διαυγούς κρυστάλλινης και φωτεινής ενεργείας, το οποίο κατεβάζω από τον ουρανό στη Γη, ανάμεσά μας, και το οποίο αντί να μας διαχωρίζει μας ενώνει αρμονικά διότι λειτουργεί ως εξομαλυντής ανεργιών μεταξύ μας!}

Εμπιστευτείτε την ΟΛΟΤΗΤΑ σας, διότι χωρίς την ολότητα δεν λειτουργούν οι ενέργειες! Δηλώνετε την πρόθεσή σας να λειτουργήσει η ολότητα!

ΤΟ ΟΛΟΝ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙ ΤΗΝ ΕΝΩΣΗ, ΤΗΝ ΔΥΝΑΜΗ ΚΑΙ ΤΗ ΣΟΦΙΑ! Να μη βάζετε κανένα αρνητικό κομμάτι του εαυτού σας απέναντί σας, αντίθετα να τα ενώνετε συνεχώς, διότι έτσι μετουσιώνονται και ενοποιούνται, δηλαδή η κατάσταση φωτ/φίας Α μετατρέπεται σε κατάσταση φωτ/φίας Β! Η συνεχής συνεργασία των μερών φέρνει την ισορροπία, την αρμονία, την Αγάπη και την πληρότητα! Αν δεν δεχθείς την ολότητά σου πως θα προκόψεις;! Ο τρόπος ιερής ζωής, με ιερή ψυχολογία είναι η ψυχολογία του ΟΛΟΥ! Να θυμάστε όλα αυτά όταν κάνετε τις ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω στο 2<sup>ο</sup> μέρος του παρόντος πονήματος!

#### 4) Λέτε:

Παλιές μου συνήθειες φόβων, ασθενειών και αδυναμιών ΣΑΣ ΑΓΑΠΩ και σας επιτρέπω να φύγετε από εμένα με Αγάπη και να πάτε στο καλό! Είμαι ήδη ελεύθερος/η από εσάς και κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα από άποψη ισορροπίας και υγείας!

#### 5) Λέτε:

Αρνούμαι να φοβάμαι πλέον οτιδήποτε από όσα με φόβιζαν μέχρι τώρα! Μαθαίνω να διαχειρίζομαι και να νικώ τον ΦΟΒΟ, ΤΟ ΑΓΧΟΣ, ΤΟΝ ΠΟΝΟ, με σθένος και καρτερία, χωρίς να χάνω την καλή μου διάθεση! Το ιδανικό είναι να είμαστε ατάραχοι, ανθεκτικοί, διότι είμαστε «μαθημένοι στα δύσκολα»! Δεν υπάρχει ζωή χωρίς δυσκολίες. Ομοίως λέτε ή σκέπτεσθε απλώς πολλές φορές τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

Σχόλιο ουσίας: η ζωή ολόκληρη είναι μία πάλη - συμφιλίωση με τον πόνο, φόβο! Κατά τον θυμό παράγεται η αναλγητική ουσία ντοπαμίνη (συγγενής της αδρεναλίνης) ως φυσικό αντίδοτο του οργανισμού στον πόνο-φόβο! Γι' αυτό θυμώνουμε όταν πονάμε! Είναι μία ενστικτώδης αντίδραση! Ο πόνος δίνει τα μεγαλύτερα και τα καλύτερα μαθήματα! Ο πόνος υπάρχει γιατί έχει κάτι να μας διδάξει! Όσο δεν λαμβάνουμε το μάθημα, ο πόνος επιμένει! Μόλις λάβουμε το μάθημα, ο πόνος εξαφανίζεται! Ζούμε για να νικάμε τον πόνο – φόβο και για να ρίχνουμε Φως στα σκοτάδια, ΜΕ ΑΓΑΠΗ! Όπου Αγάπη είναι: κατανόηση, κριτική, συμπόνια και έλεος, πρώτα για τον εαυτό μας και μετά για τους άλλους. Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Γνωρίστε την ισχύ του ελέους! Η νοητική σας ουσία μπορεί να συνδυάζεται με τη χάρη και το έλεος! Όταν το θυμικό σας, δηλαδή η συναισθηματική σας κατάσταση έρχεται σε ένα σημείο που δεν αντέχετε άλλο, να βάζετε το θυμικό σας μέσα σε έναν κύβο = η ΓΗ και να το γειώνετε. Υλοποίηση – γείωση – πραγμάτωση! Οι ιστορίες της οδύνης μας είναι η βάση της ύπαρξής μας! Εκεί όπου υποφέρεις είναι εκεί όπου σε νοιάζει! Γι' αυτό, να μεις βαθύτερα! Αυτή είναι ιατρική συμβουλή. Διότι ο πόνος είναι πηγή πληροφορίας! Οι στενοχώριες μας, μας υποδεικνύουν τα νέα, άγνωστα βήματα που χρειάζεται να ακολουθηθούν! Έτσι, μετατρέπονται η ταραχή και η μελαγχολία σε αριστουργήματα ύπαρξης!

Το υπέρτατο φυσικό αντίδοτο στον πόνο-φόβο είναι οι ουσίες που ονομάζονται ενδορφίνες (σύντμηση των λέξεων ενδο-γενείς μο-ρφίνες). Είναι παράγωγα συνειδητής, φωτεινής στάσης του ανθρώπου που θέλει να βρίσκεται σε κατάσταση φωτ/φίας Β! Μία παρόμοια στάση είναι η διαχείριση του πόνου που γίνεται μέσω της συγγνώμης. Δείτε και λίγο παρακάτω. Ο πόνος διακρίνεται σε μόχθο και οδύνη! Σωματικά και ψυχοπνευματικά!

Γι' αυτό οραματίζεστε την οδυνηρή περιοχή του οργανισμού σας ή και ολόκληρου του οργανισμού σας να διαποτίζεται με μόρια ενδορφινών που θα έχουν τη μορφή χρυσών σφαιριδίων που γράφουν επάνω τους ΕΝΔΟΡΦΙΝΗ!  
Μεγάλες ποσότητες ενδορφινών παράγονται κατά το jogging, πράγμα που το καθιστά εξαιρετικό γιατρικό για τον πόνο, για την κατάθλιψη και για το πένθος! Χρειάζεται σταδιακή αύξηση των αποστάσεων που θα διατρέχονται, ώστε να αποφεύγεται η κόπωση των μυών!

Παράλληλα μπορείτε να κάνετε τα εξής:

Η καρδιά σας είναι κέντρο θεραπείας και χωράει τα πάντα! Τοποθετείτε τα προβλήματά σας μέσα της και παραδώστε τα στον Ιησού Χριστό! Η ανταπόκριση θα σας εκπλήξει ευχάριστα!

**ΣΑΣ ΠΡΟΣΘΕΤΩ:**

Αν σας απασχολεί το ερώτημα «γιατί να τύχει αυτό σε μένα»; Η συνοπτική απάντηση είναι η εξής: Κάνετε ΑΠΟΔΟΧΗ χωρίς κρίση, Αποδεχτείτε το κάθε τι χωρίς κρίση, διότι όλα γίνονται σύμφωνα με το ΣΧΕΔΙΟ της ζωής σας που εσείς (η ψυχή σας) αποφασίσατε να σχεδιάσετε πριν ενσαρκωθείτε και που εντάσσεται στο ΜΕΓΑΛΟ ΣΧΕΔΙΟ του Υψίστου Θεού του σύμπαντος, του Πατέρα – Μητέρας Δημιουργού! Η αποδοχή είναι το κλειδί. Αν θέλετε να αποκτήσετε εποπτεία του θέματος, τότε διαβάστε το βιβλίο: «ΓΙΑΤΙ Σ' ΕΜΕΝΑ, ΓΙΑΤΙ ΑΥΤΟ, ΓΙΑΤΙ ΤΩΡΑ;» της συγγραφέως Robin Norwood, εκδόσεις ΦΥΤΡΑΚΗ.

Ο πόνος είναι γήινο χαρακτηριστικό και διακρίνεται σε μόχθο και οδύνη!

**ΕΙΜΑΣΤΕ Η ΑΙΤΙΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΝΟ Ο ΕΝΑΣ ΤΟΥ ΑΛΛΟΥ!** Ζούμε για να νικάμε - συμφιλιωνόμαστε, σωματικά ή και ψυχοπνευματικά, τον πόνο και για να ρίχνουμε Φως στα σκοτάδια, με Αγάπη ανιδιοτελή και χωρίς ίχνος επιθυμίας! Πρόκειται για φιλοσοφία του πόνου, της αίσθησης και του βιώματος του πόνου! Η διαχείριση του πόνου μπορεί να γίνεται και μέσω της συγγνώμης, είναι πολύ επουλωτική διαδικασία! Δείτε λίγο παρακάτω. Τέλος, ο πόνος προσελκύει πόνο! Ο πόνος δίνει τα μεγαλύτερα και τα καλύτερα μαθήματα! Χρειάζεται το κακό, για να αντλήσουμε τη δύναμη που έχουμε μέσα μας! Κάνετε τον πόνο σας Αγάπη για να ανακουφίζεστε! Ο πόνος είναι αναπόφευκτος, το ζήτημα είναι πόσο θα αντέξει κάποιος. Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας προτείνω είναι μέσα για να μπορείτε να διαχειριστείτε ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΑ τον πόνο! Γιατί χωρίς πόνο έτσι κι αλλιώς ζωή δεν υπάρχει! Δια μέσου του πόνου έρχεται η ανακαίνιση, δηλαδή πρόκειται για σταυροαναστάσιμη κατάσταση! Ο πόνος είναι οδηγός και δάσκαλος! Η ΑΥΤΟΒΕΛΤΙΩΣΗ είναι οδυνηρή διαδικασία!

Όταν πονάτε, καλό είναι να θυμάστε ότι «δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι»!  
Η στάση πρέπει να είναι: παθαίνω – μαθαίνω, για να μην ξαναπάθω! Σας υπενθυμίζω το σχετικό άσμα «καλά να πάθεις, να πονέσεις για να μάθεις...»! Το άριστο – βέλτιστο είναι να μαθαίνουμε γρήγορα, με την πρώτη φορά, χωρίς να χρειάζεται επανάληψη του ίδιου μαθήματος μέσω του πόνου! Έτσι

ανακαλύπτουμε τις δυνατότητές μας! Είμαστε Θεϊός Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

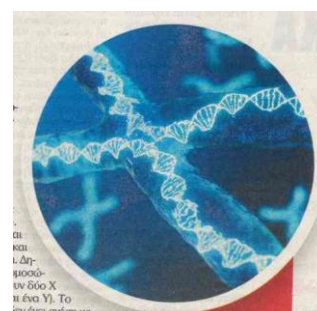
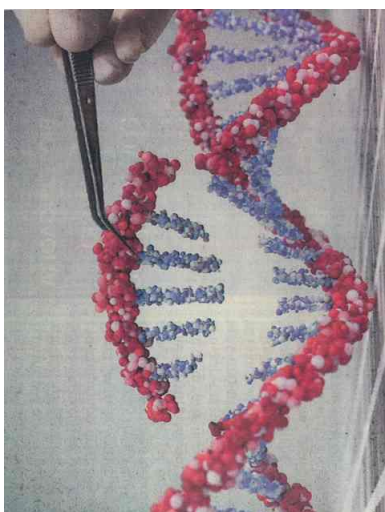
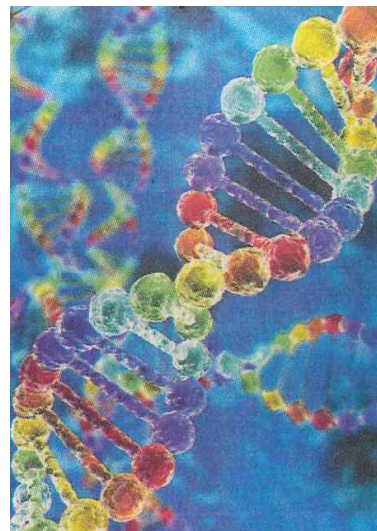
Εξ αντιδιαστολής να θυμάστε: εσύ είσαι η βοήθεια του Θεού και η Αγάπη Του! Η βοήθεια ή η Αγάπη του Θεού εκδηλώνεται στον άνθρωπο δια του συνανθρώπου του και με την βοήθεια των ανώτερων πνευματικών επικοινωνιών (διαυλισμού, channelings)! Να το θυμάστε ιδιαίτερα τούτο! Πρόκειται για Αποκαλύψεις – ξεσκεπάσματα Αληθειών για βοήθεια στον άνθρωπο, δηλαδή είναι μέθοδος ταύτισης, διαισθητικής αντίληψης και συντονισμού!

Τώρα θα σας δώσω ένα τρόπο της αλλαγής της λειτουργίας του DNA σας ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΠΑΛΛΑΓΗ ΑΠΟ ΤΟΝ ΠΟΝΟ μέσα σας και γύρω σας, μακροπρόθεσμα, δηλαδή το πέρασμα από τον πόνο στη γαλήνη! Θεωρείτε τον πόνο ως οδηγό και δάσκαλο!

Λέτε κάθε μέρα τα εξής, εφ' όρου ζωής:

«Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν και με Αγάπη για τον εαυτό και χωρίς κρίση εισέρχομαι στο πεδίο της Ψυχής μου! Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν να αλλάξω την όψη (Σκέψη) του εαυτού μου που αναφέρεται στον πόνο μέσα μου και γύρω μου! Δηλώνω επίσης την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν να αλλάξω το πραγματικό γεγονός το οποίο είμαι και το οποίο αναφέρεται στον πόνο μέσα μου και γύρω μου!» (Το πραγματικό γεγονός είναι η ένωση του DNA του πατρικού σπερματοζωαρίου με το DNA του μητρικού ωαρίου, κατά την σύλληψή μου! Όλα τα υπόλοιπα έκτοτε μέσα μου είναι ψευδαισθήση), δηλαδή είναι πρόσκαιρα, προσωρινά, φθαρτά, νομιζόμενα! «Τέλος, δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν να αλλάξω την ηθική αρχή της ψυχής μου, η οποία αναφέρεται στον πόνο μέσα μου και γύρω μου, δηλαδή όσα η ψυχή μου θέλει να κάνει, όσα η ψυχή μου έχει την πρόθεση να εκδηλώσει!»

ΕΙΚΟΝΑ DNA



Κατόπιν, οραματίζομαι την διπλή έλικα του DNA μου, η οποία έχει τη μορφή σκάλας περιελιγμένης εν είδει σπείρας! Γύρω της λάμπουν πολλά, μικρά, πολύχρωμα φώτα. Είναι οι δομικοί λίθοι του DNA μου, η αλλαγή των οποίων προκαλεί αλλαγές στο DNA μου και ως εκ τούτου αλλαγές στην πραγματικότητα μέσα μου και γύρω μου! Οραματίζομαι να ενσωματώνω το DNA μου αυτό με Αγάπη στην καρδιά μου! Θα εργαστώ από το κέντρο της καρδιάς μου. Οραματίζομαι ότι το ενσωματωμένο πλέον με Αγάπη DNA μου, στο κέντρο της καρδιάς μου, το περιβάλλω με ένα γαλάζιο σύννεφο, με μία απαλή γαλάζια ομίχλη! Κατόπιν τούτου, τα χρώματα και οι αποχρώσεις των δομικών λίθων του DNA μου διακρίνονται σαφέστερα και εντονότερα!

Κατόπιν, «Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν ότι αρνούμαι πλέον να αισθάνομαι ότι πονάω και υποφέρω μέσα μου! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι αρνούμαι πλέον να θέλω να βλέπω τον συνάνθρωπο να πονάει και να υποφέρει γύρω μου! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι αρνούμαι πλέον να θέλω να βλέπω τα ζώα να πονάνε και να υποφέρουν γύρω μου! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι αρνούμαι πλέον να θέλω να βλέπω τα φυτά να πονάνε και να υποφέρουν γύρω μου! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι αρνούμαι πλέον να θέλω να βλέπω τη Γη να πονάει και να υποφέρει γύρω μου»!

Προς τούτο, οραματίζομαι ότι μεταφέρω την ενέργειά μου από μία περιοχή του DNA μου σε μία άλλη περιοχή του DNA μου, σε μία άλλη περιοχή του ενεργειακού δυναμικού μου! Το δυναμικό μας είναι όλα όσα μπορούμε να κάνουμε! Γι' αυτό το λόγο, οραματίζομαι ότι μεταφέρω την ενέργειά μου στην ηθική αρχή της Χαράς, οραματίζομαι ότι μεταφέρω την ενέργειά μου στην ηθική αρχή της Αισιοδοξίας, οραματίζομαι ότι μεταφέρω την ενέργειά μου στην ηθική αρχή του Φωτός! Μεταφέρω την ενέργειά μου στο Φως, μεταφέρω την ενέργειά μου στην ολοκλήρωση, στην πληρότητα, μεταφέρω την ενέργειά μου στην Αυτοδυναμία!

Αυτός είναι ο Παράδεισος τον οποίο είχαμε χάσει! Όμως, τώρα πλέον, η ρομφαία έπαψε να γυρίζει απαγορευτικά έξω από την Πύλη του Παραδείσου! Η Πύλη άνοιξε, οι Πύλες άνοιξαν και μπορώ να εισέλθω και πάλι!

«Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν να το πιστέψω! Το πιστεύω και εισέρχομαι, με Αγάπη για τον εαυτό και χωρίς κρίση! Γέγονε! Και έτσι είναι! Αμήν!»

Ιδιαίτερης αξίας σημείωση:

Είστε όντα της χαράς (κατάσταση φωτογραφίας Β) και όχι του πόνου (κατάσταση φωτογραφίας Α)! Εσείς το θέλετε και πονάτε! Βέβαια θα πείτε ότι έτσι αποκτάτε τη γνώση. ΥΠΑΡΧΕΙ ΟΜΩΣ ΚΙ ΑΛΛΟΣ ΔΡΟΜΟΣ, αυτός της εμπειρίας χωρίς πόνο! Με την «άφεση», με την «συνειδητοποίηση», με την «αφοβία» και με τη χαρά της μεγάλης δύναμης της Αγάπης! Αυτός είναι ο σωστός δρόμος για τη λύτρωση, όπου διαπιστώνεται ότι η ζωή είναι αιώνια και γεμάτη χαρά (κατάσταση φωτογραφίας Β). Έτσι, επέρχεται η διάλυση του εγωισμού, του φόβου, της ενοχής, της ανάγκης! Αυτή είναι η ανεξαρτησία και η ελευθερία του Κυρίου, του δρόμου Του και της ζωής Του!

Σχετικά με το Φως:

Η Ηλιακή ενέργεια είναι φως του συλλογικού Χριστού, είναι φως του χριστικού Εαυτού, είναι φως του Ηλιακού Λόγου – Χριστού (η χριστική ενέργεια)! Όπου



Λόγος = Χριστός, αλλά και ΗΧΟΣ ΜΕ ΝΟΗΜΑ και μαθηματική διατύπωση! Η έκφραση του συλλογικού Χριστού στη Γη και η έκφραση του συλλογικού Χριστού μέσα από κάθε άνθρωπο αποτελεί στην πραγματικότητα έκφραση της αληθινής φύσης! Η Χριστική ενέργεια είναι καρδιακή, αλλά όπως όλες οι ενέργειες θα πρέπει να αφυπνιστεί! Να αφυπνιστεί από τα κάτω προς τα επάνω! Αυτό γίνεται όταν ανοίγει το κανάλι της συνειδητοποίησης – επίγνωσης, από το 1<sup>ο</sup> chakra έως το 7<sup>ο</sup> chakra στην κορυφή της κεφαλής! Εκεί αρχίζουν να γίνονται αντιληπτές οι επιγνώσεις και οι ενέργειες. Χρειάζεται κάποιος εργάτης να ανεβάσουν το χριστικό φως ψηλότερα, εκεί όπου του ταιριάζει να είναι! Ενεργοποιήστε αυτή την εσωτερική σας φλόγα! Το φως ενυπάρχει μέσα σας. Η Συνειδητότητα είναι Φως! Εσείς είστε η πραγματικότητα και η πραγματικότητα λέγει: ο Χριστός είναι στη Γη και ο Χριστός είσαι ΕΣΥ! ΕΣΥ ΕΙΣΑΙ Ο ΧΡΙΣΤΟΣ ΣΤΗ ΓΗ, ο εν ημίν Χριστός! Ο Χριστός είναι η μεσολαβητική Διάνοια ανάμεσα στον άνθρωπο και την Αλήθεια, δηλαδή το αιώνιο ισχύον! Είναι εκείνο το πεδίο που μεσολαβεί ανάμεσα στην γήινη – ανθρώπινη αντίληψη και την θείκη. Δείτε τις εικόνες του ενεργειακού συστήματος του ανθρώπου! Η Έλευση του Χριστού στη Γη θα σώσει τους ανθρώπους από τον εαυτό τους! Από τα δικά τους πάθη! Αλλά δεν θα τους σώσει από όλα τα δεινά. Για να γίνει όμως αυτή η έλευση και σωτηρία χρειάζεται οι άνθρωποι να εργασθούν συνειδητά! Η έλευση του Χριστού στη Γη γίνεται με την εισροή της χριστικής ενέργειας στις καρδιές των ανθρώπων! Δηλώστε την πρόθεσή σας προς τούτο! Με υλοποίηση, γείωση, πραγμάτωση! Κάθε άνθρωπος έχει ένα χριστικόν εαυτό και όσα λέμε εδώ τον αφορούν! Το δυναμικό και η παρουσία του Χριστού βρίσκεται μέσα μας, δηλαδή ο χριστικός Εαυτός κάθε ανθρώπου στη Γη. Μπορούμε να συνδεόμαστε με τον Χριστό μέσα μας, αλλά και με τον αγαπημένο μας Ιησού!

Χριστική ενέργεια – Χριστική Συνειδητότητα, Χριστικός Εαυτός, Φως και Λόγος είναι το ίδιο, η ίδια έννοια! Άρα δηλαδή, ο Λόγος είναι το πρότυπο, το οποίο έχει τοποθετήσει ο Θεός μέσα στον άνθρωπο! Φως= ΝΟΗΜΑ= ποιότητα ενεργειακής δόνησης Συνείδησης! Από φιλοσοφική άποψη το «Νόημα» είναι το ρεαλιστικό, εμπειρικό αντίκρισμα στη ζωή! Η ένωση του αιτίου με τον σκοπό του, το αποτέλεσμα του! ΤΟ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ στο πεδίο της ύπαρξης ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΝΟΗΜΑ! Τέλος, ΦΩΤΙΣΗ = κατανόηση, επίγνωση και διεύρυνση της αντίληψής μας μέχρι τη θέωση, σταδιακά! Η αντίληψη και η διεύρυνσή της είναι το παν!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: φώτιση = κατανόηση και επίγνωση.

Συνοπτικά, τα αντίδοτα του πόνου είναι τα εξής, ή πώς γίνεται το πέρασμα από τον πόνο στη γαλήνη!

**α)** - Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις

- Αναγνωρίστε, αποδεχτείτε χωρίς κρίση, ακυρώστε, μετουσιώστε, νιώστε ευγνωμοσύνη..... πολλές επαναλήψεις

ΣΧΟΛΙΟ: ευγνώμονες νιώθετε όταν το Πνεύμα σας αγκαλιάζει!

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις

- Διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά.....πολλές επαναλήψεις

Μεγαλώνω ψυχικά σημαίνει ότι παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου!

**β)** - Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις

- Αλλάξτε.....πολλές επαναλήψεις

**γ)** Κάνετε τον πόνο σας ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗ Αγάπη χωρίς ίχνος επιθυμίας, δηλαδή κατανόηση, συμπόνια και έλεος, πρώτα για τον εαυτό σας και μετά για τους άλλους με ευγενική καλοσύνη!

**δ)** Κάνετε την διαδικασία της Συν-χώρεσης των αιτίων του πόνου σας! Εφαρμόστε επίσης ομοίως τον νόμο της Αποδοχής!

**ε)** Κάνετε τον θεραπευτικό οραματισμό του πόνου, με τα χρυσά μόρια ενδορφινών!

**στ)** Κάνετε ούτως ώστε η διαχείριση του πόνου να γίνεται μέσω της συγγνώμης! Δείτε λίγο παρακάτω.

**ζ)** Δύο λόγια για τον ψυχοσωματικό πόνο! Οι περισσότεροι πόνοι είναι ψυχοσωματικοί πόνοι, πόνοι που συνδέονται και με άλλες βαθύτερες δυσκολίες του ψυχισμού μας. Οι ψυχικοί μας πόνοι εγκλωβίζονται στο σώμα μας αντί να γίνονται αντικείμενο ψυχικής συμφιλίωσης. Χρειάζεται να συνδεθούμε βαθειά με τις δύσκολες πλευρές του εαυτού μας. Να αντέξουμε να πενήσουμε και να μπορέσουμε να ζήσουμε και να δημιουργήσουμε! Να μην τα θάψουμε κακήν κακώς μέσα μας, αλλά κυρίως να δούμε στο βάθος, πέρα από τους διαθλαστικούς καθρέπτες των άλλων το αν όντως υπήρξαμε καλοί γιοί ή κόρες, καλοί σύζυγοι, καλοί φίλοι, καλοί γονείς. Το σημαντικό είναι να αντέξουμε αυτό που δεν καταφέραμε και να μη το ρετουσάρουμε. Έτσι, ο πόνος δίνει τα μεγαλύτερα και τα καλύτερα μαθήματα! Έτσι, ο πόνος εξημερώνεται!

Slogan: ένας πόνος στο σώμα = ένα ψέμα στο μυαλό!

**η)** [SOS] Χρησιμοποιείτε τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, κατά τα γνωστά!

## 6) ΑΝΤΙΔΟΤΟ ΘΥΜΟΥ ΚΑΙ ΠΕΝΘΟΥΣ

Υπάρχει ανάγκη για έλεγχο του θυμού, προς αποτροπή της εξέλιξής του σε εκδικητικότητα και τελικά, για συγχώρεση – άφεση! Τούτο διότι η εκδίκηση είναι αυτοκαταστροφική. Η μετουσιωτική πορεία από τον θυμό στην άφεση είναι η ικανότητα ορθολογικής υπέρβασης του θυμού, δηλαδή η μετατροπή του σε συγχώρεση – άφεση! Δείτε περισσότερα παρακάτω! Ο άνθρωπος μπορεί και χρειάζεται να δαμάζει την ίδια του τη φύση, ούτως ώστε να αυτοεξημερώνεται και να αυτοθεώνεται συνειδητά! Καλλιεργείτε την ευγενή φιλοδοξία της Αυτοβελτίωσης! Ο άνθρωπος αναπτύσσεται σκαρφαλώνοντας πάνω στους ίδιους του ώμους! Η ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ ΑΓΑΠΗ ΕΙΝΑΙ ΓΙΑΤΡΙΚΟ ΤΟΣΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΘΥΜΟ, ΟΣΟ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΙΚΡΑ! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

Το πένθος είναι ο αγώνας να μεταβολίσουμε την απώλεια, το τραύμα της απώλειας! Μελετήστε τα εξής όπως δείτε προηγουμένως στη μοναξιά τα σχετικά:

## 1. Ειδική λαβή κατά του θυμού αμφοτερόπλευρα:

**α)** Όταν ο θυμός οφείλεται σε θηλυκό, πιάνουμε το αριστερό μέσο δάκτυλο του χεριού με τα δάκτυλα του δεξιού μας χεριού.

**β)** Όταν ο θυμός οφείλεται σε αρσενικό, πιάνουμε το δεξιό μέσο δάκτυλο του χεριού με τα δάκτυλα του αριστερού μας χεριού.

## 2. Διάλυση του θυμού σε τρεις φάσεις:

**α)** Αποδέχομαι ότι είμαι θυμωμένος/η και λέγω επιτακτικά και επαναληπτικά: «Σιωπή, όλα εντάξει!»! Επίσης: «παύσατε πυρ», «κατάπαυση του πυρός»! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι μέσα μου επικρατεί η ΣΙΩΠΗ της Παλλάδας Αθηνάς!

Κάνετε ασκήσεις ψυχραιμίας με αυτό το συνειδησιακό εργαλείο! Επιπλέον, εφαρμόζετε τα ακόλουθα:

- Ό,τι δεν γνωρίζω, να το μάθω!
- Ό,τι δεν έχω, να το αποκτήσω!
- Όπου είμαι αδύναμος, να γίνω δυνατός! Δεν μου χρωστάει κανείς τίποτα!

Όλα αυτά στο εξής πλαίσιο: όλες οι ανεπάρκειες να διορθωθούν (all deficiencies to be corrected)!

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: ο σαρκασμός (η ακραία μορφή της ειρωνείας) είναι ο άσχημος εξάδελφος του θυμού! Πιο συγκεκριμένα, η ειρωνεία είναι η αστραπή του μίσους και όποιος μισεί τον άλλον, στο βάθος μισεί τον εαυτό του!

**β)** Αποδέχομαι ότι θέλω και μπορώ να διαλύσω αυτό τον θυμό! Λαμβάνω υπόψη μου ότι μπορεί να εκδηλωθούν αντιστάσεις και θεραπευτικές αντιδράσεις κατά την εφαρμογή αυτών των γνώσεων! Δηλώνω την πρόθεσή μου να τις αντιμετωπίσω επιτυχώς με διαδικασία συν-χώρεσης τους! Επιβάλλομαι στον εαυτό μου και γίνομαι ευφυέστερος του θυμού!

Αρνείστε να χάνετε τον έλεγχο των συναισθημάτων σας! Γαλβανίστε με την δύναμη της ψυχραιμίας! Μάθετε να αυτοσυγκρατείστε έτσι! Να αυτοδιατίθεστε, όμοίως!

**γ)** Αποδέχομαι ότι θέλω να μάθω να μην ξαναθυμώνω ως εξής:

**Μέθοδος 1η:** Πριν να επιτρέψω στο θυμό να εκραγεί, να μετρώ μέχρι το 10 ή το 20 ή και περισσότερο! Να πιέζω το μεσόφρυό μου με τον δείκτη ή τον αντίχειρα! Να λέγω στον εαυτό μου: εσύ που με ενοχλείς δεν υπάρχουν, είσαι σκιά! Εσείς που με ενοχλείτε δεν υπάρχουν, είστε σκιά!

**Μέθοδος 2η:** Να κατεβάζω την ενεργειακή κουρτίνα της Σωτηρίας και να λέγω «ο θεός μέσα μου αναγνωρίζει, χαιρετά και ευλογεί τον θεό μέσα σου»! (Νάμαστε)!

**Μέθοδος 3η:** Σκέπτομαι ότι μετά από 3 ή 6 μήνες ή ένα χρόνο, τι εντύπωση θα μου κάνει το συμβάν; Λοιπόν, ας αντιδράσω τώρα, όπως θα αντιδρούσα μετά από ένα χρόνο! Έτσι, σώζω την ενέργειά μου από αναίτια φύρα! (Όλα αυτά είναι αποστασιοποίηση από το πρόβλημα)! Η απώτατη προοπτική της αποστασιοποίησης είναι η Ανάληψη – Ανάσταση, δηλαδή η ολοκληρωμένη εσωτερική Ελευθερία των ανθρώπων!

**Μέθοδος 4η:** Η φιλοσοφική αταραξία - αποστασιοποίηση, όπου λέω στον εαυτό μου «μπορώ να είμαι έξω, πέρα και πάνω από όλα αυτά! Ανεβαίνω νοερά στη ντουλάπα (αποστασιοποιούμαι) και κοιτάζω από πάνω τι γίνεται κάτω! Ανεβαίνω νοερά στο ρετιρέ (αποστασιοποιούμαι) και κοιτάζω από πάνω τα συμβαίνοντα χαμηλά στα ένστικτά μου που χτυπιούνται στα τυφλά»!

**Μέθοδος 5η:** Μετατρέπω τον θυμό μου σε κάτι δημιουργικό και δεν επιτρέπω στον θυμό και στην οργή να με διαστρεβλώνουν! Προτιμώ να εκδηλώνω ευγενική καλοσύνη!

Με αυτό τον τρόπο μπορώ και κατανοώ και εφαρμόζω, ότι δεν θέλω να εξουσιάζω τη ζωή, ούτε να επαναστατώ ενάντια της, ούτε και να συρρικνούμαι από φόβο εξαιτίας των δυσκολιών και των κινδύνων της. Λέω δηλαδή, στον εαυτό μου «ηρέμησε, ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙ ΕΛΠΙΔΑ», δηλαδή προσδοκία, δηλαδή εξάρτηση από το αποτέλεσμα και την φροντίδα από τον άλλον, δηλαδή να μην υπάρχει Λογική της ανταπόδοσης! (Δείτε: Ο ΣΠΟΡΟΣ ΤΗΣ ΕΛΠΙΔΑΣ, εφαρμογές της νοητικής εικονοπλασίας, μέρος 2<sup>ο</sup>, Κεφάλαιο 9<sup>ο</sup>). Ο ενήλικος δεν προσδοκά τίποτε από κανέναν, ποτέ! Έχει μόνο τους σκοπούς του, τα σχέδιά του, τις ηθικές μεθόδους του και κάνει το παιχνίδι του ανέμελα (σε στάση εμπλοκής και απόσπασης συγχρόνως), νηφάλια και σχεδιασμένα, και είναι έτοιμος και αποφασισμένος για όλα, κάθε στιγμή! Από εκεί και πέρα, ότι θέλει προκύψει, και τα καλά και τα κακά δεχόμενα εξίσου! (αταραξία = να μπορείς να κερδίζεις ή να χάνεις, ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΧΑΝΕΣΑΙ)! Ο θυμός είναι φόβος και όσο περισσότερο θυμώνουμε, τόσο πιο πολύ φοβόμαστε. Άρα, όσο νωρίτερα τον καταστείλουμε, τόσο καλύτερα για εμάς. Διότι, όποιος θυμώνει χάνει το δίκιο του, επειδή ο θυμός επικαλύπτει – σκεπάζει την Λογική του! Τούτο είναι πολύ κακό για εμάς! Ο θυμός δεν έχει επιχείρημα, αλλά έχει ΑΡΝΗΣΗ! Επιχείρημα δεν συνιστά η άρνηση, αλλά η ΣΥΝΘΕΣΗ!

**Εργαλείο 1ο** αποτελεσματικότερο προς τούτο: (ΛΕΤΕ: Όνομα, όνομα πατέρα, επίθετο) ΕΓΩ ΕΙΜΑΙ = Η ΣΥΜΠΑΝΤΙΚΗ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΤΗΣ = ή ΕΓΩ ΕΙΜΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΜΟΥ, δηλαδή αφήνουμε τα ηνία στην ψυχή, η οποία επιβάλλει τον δικό της ΡΥΘΜΟ! Το γήινο «εγώ» δεν χρειάζεται να εξαφανισθεί, αλλά να ενωθεί με το θείον, δηλαδή το γήινο «εγώ» να τεθεί στην υπηρεσία της ψυχής μας, δηλαδή στο ουράνιο «Εγώ» μας! Κατά την πορεία αυτήν, τόσο το καλό όσο και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε, δηλαδή να ανακαλύψουμε τις δυνατότητές μας! Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι! Κανένας δεν ξέρει ποιος πραγματικά είναι, παρά μόνον αν

βρεθεί σε ακραίες συνθήκες επιβίωσης!

Αξιολογούμε απλώς τι είναι καλό και τι είναι κακό για εμάς και για την κοινωνία. Όλα αυτά χωρίς συναισθηματική φόρτιση ενοχής – κριτικής – αυτό-επίκρισης! Έτσι, λειτουργεί η ευθύνη χωρίς ενοχή. Ευθύνη χωρίς ενοχή = αγνότητας συνειδητή! Τα ίδια ισχύουν για κάθε επιλογή που κάνουμε!

**Slogan:** καμία ενόχληση! Υλοποίηση του γήινου ή του θεϊκού θελήματος; Αυτή είναι η πραγματικότητα που φτιάχνουμε εμείς οι ίδιοι!

**Εργαλείο 2ο:** (ΛΕΓΕ: Όνομα, όνομα πατέρα, επίθετο) ΑΥΤΟ ΕΙΜΑΙ = ΑΓΑΠΗ, ΦΩΣ ΚΑΙ ΧΑΡΑ ΑΙΩΝΙΑ. Συγχρόνως, έχω στη νοερή οθόνη μου την εξής εικόνα: Σπονδυλική στήλη με λαμπρό χρυσό χρώμα. Στο επάνω μέρος, τα δύο μάτια, όπου το δεξί είναι η εξωτερική συνειδητότης και το αριστερό η εσωτερική. Στο κάτω μέρος, το ηλιακό πλέγμα = η αποθήκη όλων των συναισθημάτων μέχρι τώρα, τα οποία επιχειρώ να καθαρίσω με όσα κάναμε και θα κάνουμε.

Για μακροπρόθεσμη εκκρίζωση του συγκρατημένου θυμού ή πένθους μέσα μας θα γίνονται οι εξής ασκήσεις:

Ανεβαίνεις νοερά ψηλά στον ουρανό (αποστασιοποίηση) παραλαμβάνοντας την πορτοκαλόχρου δάδα, και με αυτήν εστιάζεις πρώτα στην καρδιά και μετά σταθερά στο ηλιακό πλέγμα. Την ώρα αυτή φαντάζεσαι ότι το ηλιακό πλέγμα και ο εαυτός σου είναι ένα χωράφι σπαρμένο με «κακούς» σπόρους θυμού και άλλα ζιζάνια και ότι η πορτοκαλόχρους φλόγα κατακαίει και αποτεφρώνει όλα αυτά! Η καύση να διαρκέσει 1'-4'.

Η ΑΠΟΣΤΑΣΙΟΠΟΙΗΣΗ γενικότερα, όπως και η θεραπεία με Λογική εφαρμογή της ΓΝΩΣΗΣ την οποία σας δίνω, σας επιτρέπουν να επιτυγχάνετε τα εξής: μπορεί να έχουμε τα χάλια μας, ΑΛΛΑ ΔΕΝ ΕΙΜΑΣΤΕ ΤΑ ΧΑΛΙΑ ΜΑΣ! Το «είναι» υπερέχει του «έχουν»!

ΘΕΡΑΠΕΙΑ: η Συνειδητή, Λογική διαχείριση με βάση τη δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ που δίνεται εδώ! Η στάση είναι: αντιστέκομαι – συμφιλιώνομαι σε ό,τι αντιστέκεται μέσα μου στα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής μου και της υγείας μου! Οπότε δύο αρνήσεις κάνουν μία κατάφαση! Δέστε και στα προηγούμενα σχετικά.

Αμέσως μετά, θα γίνει το ίδιο με ιόχρου φλόγα και θα συνεχίσουν να κατακαίγονται οι «κακοί» σπόροι στο χωράφι με αυτήν, όσα λεπτά χρειάζονται. Ομοίως πάλι, με ιόχρου φλόγα γίνεται το ίδιο από την αρχή, αλλά ή εικόνα στο χωράφι είναι πλέον ότι σπέρνεις «καλούς» σπόρους, για όσο χρόνο χρειάζεται! Κατόπιν επαναλαμβάνεις ομοίως με ασημόχρου φλόγα και, όπως ακριβώς με την ιόχρου, να σπέρνονται «καλοί» σπόροι στο χωράφι, επί όσο χρόνο χρειάζεται. Απαραίτητα θα λες κατά τη διάρκεια, «ιερές φλόγες να με βοηθήσετε όπως, όπου και όσο χρειάζεται, σύμφωνα με το νόμο της αβλάβειας».

Νόμος της αβλάβειας = Δεν βλάπτω εμένα, δεν βλάπτω τον άλλον, δεν βλάπτω την αρμονία, δηλαδή την ομορφιά=ευμορφία και ευταξία του σύμπαντος κόσμου. Η ομορφιά είναι κάτι θεϊκό! Ο αγώνας ανάμεσα στην αταξία (ασχημία) και την ευταξία (ευμορφία) είναι ο παλαιότερος στο σύμπαν. Εσύ ποια στάση θέλεις να κρατάς σε αυτή την αναμέτρηση;!!

Μόλις τελειώσει αυτό, θα λέω «Είμαι ο Εαυτός Σου και είσαι η ύπαρξή μου. Είμαι η Αγάπη και είσαι η ύπαρξή μου. Είμαι η Αλήθεια και είσαι η ύπαρξή μου. Είμαι η Πίστη και είσαι η ύπαρξή μου. Είμαι η Σοφία και είσαι η ύπαρξή μου. Είμαι ο Εαυτός Σου και είσαι η ύπαρξή μου κοκ. Αποδέχομαι, κατανοώ, συγχωρώ, μετανιώω, ευλογώ, φωτίζω και μετουσιώνω κάθε αρνητικότητα σε θετικότητα, μέσα μου και γύρω μου, γύρω μου και μέσα μου».

Συνέχεια: «Είμαι ευθυγραμμισμένη/ος», δηλαδή ενώνω την καρδιά μου με την εσωτερική μου συνειδητότητα και δημιουργικότητα, το λόγο μου με τη σκέψη μου όπου είναι και οι πηγές της ύπαρξής μου και συγχρόνως είμαι γειωμένη/ος με τη γη και εναρμονισμένη/ος με τέλεια ισορροπία νου, καρδιάς και σώματος. Στη νέα μου κατάσταση ο νους είναι γαλήνιος, η καρδιά γεμάτη ειρήνη και αγάπη και το σώμα θέλει να δρα πάντα και μόνο για το σωστό!

Συνοπτικά: ένωσε την καρδιά σου με το νου σου, και το νου σου με τον συμπαντικό Νου! Το γήινο «εγώ» δεν χρειάζεται να εξαφανισθεί αλλά να ενωθεί με τον θείον, δηλαδή το γήινο «εγώ» να τεθεί στην υπηρεσία της ψυχής μας! Έτσι, μαθαίνεται να υποτάσσετε τον θυμό σας! Επίσης, χρησιμοποιείτε καθημερινά, εν ψυχρώ, επαναληπτικά τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, κατά τα γνωστά!

#### ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΠΕΝΘΟΥΣ, ΣΤΑ ΠΑΙΔΙΑ

Τα παιδιά χρειάζεται να μάθουν ότι ο θάνατος είναι μέρος της ζωής και το να πενθούμε είναι κάτι το φυσιολογικό, ούτως ώστε το παιδί που πενθεί να αποδεχτεί το γεγονός και να προσαρμοστεί στην πραγματικότητα! Χρειάζεται να αποδέχεται ότι ο θάνατος είναι μέρος (αδελφός) της ζωής και ότι αφορά όλα τα ζωντανά πλάσματα! Βασικό είναι το παιδί να νιώσει ότι η σχέση του με τον δικό του άνθρωπο που πέθανε, συνεχίζεται!

Το πιο δύσκολο πράγμα είναι να μπορέσει κάποιος να πενθήσει. Να ζήσει το πένθος του. Αυτό εξαρτάται από το εάν μπόρεσε να ζήσει τα πρώτα πρώϊμα πένθη του, όπως: το πένθος του απογαλακτισμού, του μαστού, του αποχωρισμού από τους γονείς κλπ.

ΤΕΛΟΣ, καλό είναι να γνωρίζετε και τα εξής:

- Το πρώτο στάδιο του πένθους είναι η ΑΡΝΗΣΗ!
- Το δεύτερο στάδιο του πένθους είναι ο ΘΥΜΟΣ!
- Το τρίτο στάδιο εξαρτάται από εσάς και πρέπει να είναι η ΑΠΟΔΟΧΗ!
- Πρέπει να ακολουθεί το τέταρτο στάδιο, το οποίο είναι η ΣΥΝΕΙΔΗΤΗ, ΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ και η ΥΠΕΡΒΑΣΗ! Η συνειδητή Λογική Διαχείριση περιλαμβάνει τις εξής 3 φάσεις: την αναγνώριση του προβλήματος, την αποδοχή αυτού με εφαρμογή του νόμου της αποδοχής και την διαδικασία της συν-χώρεσης αυτού! Συνείδηση = η υποκειμενική επίγνωση των καταστάσεων του νου! Συνειδητοποιώ ότι έχω Συνείδηση. Τίποτα δεν είναι κακό και όλα είναι εμπειρία π.χ. δια της θλίψεως, πολλάκις μαθαίνουμε!
- Όταν ο άνθρωπος δεν αντέχει αυτό που έχει μέσα του, τότε ΑΡΡΩΣΤΑΙΝΕΙ! Η οργή που μένει μέσα σου γίνεται θεριό και σου τρώει το μυαλό! Με τον θυμό τίποτα δεν γιατρεύεται! Γι' αυτό επιβληθείτε

στον εαυτό σας και γίνετε ευφυέστεροι του θυμού. Διότι ο θυμός και η οργή σας στρεβλώνουν και σας θολώνουν τον νου, ώστε να χάνετε το δίκιο σας!

Αναλυτικότερα, η ψυχική διεργασία του πένθους:

Είναι η δυνατότητα να δεχόμαστε απώλειες, να αποχωριζόμαστε, να ανοίγουμε διαδρομές προς την ζωή, δηλαδή να παραμένουμε σε επαφή με την πραγματικότητα.

Τρία είναι τα πένθη που οφείλουμε να αντιμετωπίζουμε σε όλη μας τη ζωή:

Α) Ότι είμαστε θνητοί εμείς και όσοι αγαπάμε, άρα κάποτε θα πεθάνουμε!

Β) Ότι είμαστε ατελείς και όχι τέλειοι και παντοδύναμοι όπως θα επιθυμούσαμε! Κατά τον ΑΤΟΜΙΚΟ-ΝΑΡΚΙΣΣΙΣΜΟ επιθυμούμε να είμαστε τέλειοι και παντοδύναμοι! ΑΥΤΟ δεν γίνεται! Μόνον ο Θεός είναι έτσι! Ο άνθρωπος έχει το δικαίωμα να είναι ατελής!

Γ) Ότι οι άλλοι είναι διαφορετικοί και όχι σαν κι εμάς, όπως θα θέλαμε – επιθυμούσαμε!

Η τριάδα αυτή ξεκινάει από ένα τραύμα που δεν είναι μόνον ψυχικό αλλά και υπαρξιακό! Η διαδικασία του πένθους και του θρήνου είναι ψυχική διεργασία, αλλά και τέχνη, δηλαδή μαθαίνεται! Κατά την μαθητεία αυτήν, διαπιστώνεται ότι η δύναμη εκπηγάει από την ΑΠΟΔΟΧΗ της αδυναμίας της α-σθενείας και την εμπεριέχει! Ομοίως, η ζωή από την φιλική συγκατοίκηση με τον θάνατο! Ομοίως η Αγάπη συμπορεύεται με την επιθετικότητα και με το μίσος! Ομοίως η αρρώστια με την υγεία! Τέλος, ένας από τους καλύτερους τρόπους για να μετριάσουμε το πένθος είναι όταν μπορούμε να εκδηλώσουμε το ενδιαφέρον και την στοργή μας για ένα άλλο ζωντανό πλάσμα! Όλα αυτά φαίνονται δύσκολα, αλλά δεν είναι ακατόρθωτα! Έτσι με την κατάλληλη διεργασία του πένθους, σπαρακτικές απώλειες μπορούν να μεταμορφώνονται σε κατάσταση κατάφασης ζωής! Η ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ ΑΓΑΠΗ ΕΙΝΑΙ ΓΙΑΤΡΙΚΟ ΤΟΣΟ ΓΙΑ ΤΟΝ ΘΥΜΟ, ΟΣΟ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΙΚΡΑ! Καλλιεργείτε την ευγενή φιλοδοξία της Αυτοβελτίωσης!

Ιδιαίτερη σημείωση: οι πενθούντες λόγω θανάτου προσφιλούς των προσώπων μπορούν να μετατρέπουν δημιουργικά την απώλεια σε δώρο ζωής, γινόμενοι δότες των οργάνων του θανόντος για μεταμοσχεύσεις!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: SLOGAN:

Δεν υπάρχει κατάλληλη ηλικία για να νοιώσει κάποιος την πίκρα της ορφάνιας! Ομως χρειάζεται να αποδεχθείς ότι είσαι ζωντανός ακόμη και ότι η ζωή συνεχίζεται! Δεν χρειάζεται να ζεις μόνιμα στο μαύρο της αρχικής απώλειας. Θα προχωρήσεις με τα τραύματά σου, που δεν θα πρέπει πια να γλύφεις συνέχεια! Κάποια στιγμή, αφήνοντας τα σημάδια τους θα πρέπει να κλείσουν οι πληγές. Εκπαιδεύστε τον εαυτό σας να συμβιώνει με τα τραύματά σας, με την βοήθεια ψυχοθεραπείας!

- Η ζωή και ο θάνατος πάνε μαζί!
- Η μητέρα φύση δίνει και παίρνει!
- Γέννα και μνήμα, το αιώνιο κύμα!

**7)** Κρατάμε το μεσαίο δάκτυλο του δεξιού χεριού μας, όταν ο θυμός μας αφορά ένα αρσενικό πρόσωπο ή άνδρα. Κρατάμε το μεσαίο δάκτυλο του αριστερού χεριού μας, όταν ο θυμός μας αφορά ένα θηλυκό πρόσωπο ή γυναίκα! Δείτε προηγουμένως στα Αντίδοτα θυμού, πένθους επίσης.

Λέμε κοφτά κι επιτακτικά: «ΣΙΩΠΗ, ΟΛΑ ΕΝΤΑΞΕΙ!» πολλές φορές! Επίσης:

«παύσατε πυρ», «κατάπαυση πυρός».

Αναλυτικότερα, μπορεί να χρησιμοποιείτε ακολούθως και την εξής θεραπευτική δήλωση: «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν ότι επικρατεί μέσα μου Η ΣΙΩΠΗ της Παλλάδας Αθηνάς»!

Μπορείτε να χρησιμοποιείτε αυτά τα δύο συνειδησιακά εργαλεία σε συνδυασμό! Προκαλούν total reset στη λειτουργία του εγκεφάλου! Έτσι, μπορούν να χρησιμοποιούνται σε στεναχώρια-αναστάτωση και σε θυμό, συγκρατημένο ή όχι! Έτσι, αντιμετωπίζονται τα εντυπώματα του θυμού που έχουν μείνει στο σώμα σας και ο οποίος ζεματάει την ύπαρξή σας και κατασπαράζει τα σπλάχνα σας! Να θυμάστε ότι: η Μητέρα σας, σας έφερε στον κόσμο, για να διαχειριστείτε τους φόβους σας και να τους ξεπεράσετε! Το βιβλίο αυτό θα σας βοηθήσει να μάθετε να χειρίζεστε τους φόβους σας! Οι άνθρωποι δεν είναι τα γεγονότα που τους συμβαίνουν, αλλά ο τρόπος που στέκονται απέναντι σε αυτά! Η αντίδρασή μας στα πράγματα είναι αυτή που σμιλεύει τον πραγματικό μας χαρακτήρα!

Η γενική θεραπευτική ιδέα της υπερνίκησης του φόβου είναι η εξής: Πέρασε μέσα από τους φόβους σου και θα βγεις πιο δυνατός! Κάνε ό,τι φοβάσαι! Σε αυτό ακριβώς αποσκοπούν και έτσι λειτουργούν οι συμβολικές αναπαραστάσεις με τις ψυχικές γομολάστιχες! Πρόκειται για φιλοσοφία του πόνου, της αίσθησης και του βιώματος του πόνου! Ο πόνος είναι γήινο χαρακτηριστικό! Η φιλοσοφία αυτή του πόνου οδηγεί στο πέρασμα από τον πόνο στη γαλήνη! Έτσι ο πόνος – φόβος εξημερώνεται! Δια μέσου του πόνου – φόβου έρχεται η ανακαίνιση, δηλαδή πρόκειται για σταυροαναστάσιμη κατάσταση! Δείτε σχετικά στο 2ο μέρος.

### **8) Λέτε:**

«Ζητώ συγγνώμη και συν-χωρώ, συν-χωρώ και συν-χωρούμαι, είμαι ελεύθερος και είστε ελεύθεροι, όλοι όσοι με βλάψατε μέχρι τώρα, όλοι όσοι έβλαψα μέχρι τώρα! Ο ΑΓΩΝΑΣ συνεχίζεται! Εαυτέ μου σε αγαπώ, σε σέβομαι, σε αποδέχομαι, σε εκτιμώ, σε ευλογώ και σε επαινώ όπως είσαι, καθώς και για την αξία σου, την χρησιμότητά σου, την καλοσύνη σου και την ποιότητά σου, όπως είναι! Σου ΑΞΙΖΕΙ να είσαι και ΝΑ ΕΧΕΙΣ ΟΛΑ ΤΑ ΚΑΛΑ ΠΟΥ ΧΡΕΙΑΖΕΣΑΙ»!

**9)** Μάθετε να λύνετε, για να σας λυθούν και να μην κρατάτε, για να μη σας κρατηθούν αρνητικότητες! Με όποιο μέτρο μετρήσετε, θα μετρηθείτε! Όπως δεσμεύετε θα δεσμευθείτε = κάρμα = δέσμευση ενέργειας που χρειάζεται εξισορρόπηση. Όταν εμείς δεσμεύουμε ψυχική ενέργεια με ενοχές, τότε σχηματίζονται κόμποι άλυτοι, ούτως ώστε να μην είναι δυνατόν να την χρησιμοποιήσουμε παρακάτω!

Αναλυτικότερα μπορείτε να λέτε τα εξής:

«Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν ότι σας απελευθερώνω όλους και όλα! Εγώ είμαι στο Φως! Δεν σας χρειάζομαι πλέον! Σας αγκαλιάζω, σας αγαπώ, σας αποχαιρετώ! Αποδέχομαι ότι και τα καλά και τα κακά δεχόμενα εξίσου, ή σε παραλλαγμένη διατύπωση: ό,τι κι αν είναι, είναι καλοδεχούμενο»!

Σχόλιο ουσίας: εκείνο που μετράει είναι η στάση μας απέναντι στην κάθε δυσκολία! Μπορούμε να έχουμε την ελευθερία της στάσης! Να είμαστε παλληκάρια, όπως μας είπε ο προφήτης Ηλίας!

Στάση = η απόφαση-επιλογή και η συνέπεια στην εφαρμογή της!



Υποδεικνυόμενη στάση: όσο πιο δυνατά μας χτυπάνε, τόσο ψηλότερα αναπηδάμε – ανυψωνόμαστε! Δεν χάνουμε ποτέ την καλή μας διάθεση!  
ΟΔΗΓΙΑ ΓΙΑ ΤΑ ΤΕΛΗ ΤΗΣ ΖΩΗΣ (τα έσχατα): όταν αντιληφθείς ότι έρχεται το τέλος, πρέπει να παραδοθείς σε αυτό!

**10)** Να θυμάστε ότι, όταν κατά τη διάρκεια των ψυχικών γομολαστίχων (δείτε γι' αυτές στο 2ο μέρος) αναμοχλεύονται μέσα σας υποσυνείδητες εγγραφές (τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις) από ένα διαταραγμένο – τραυματικό – οδυνηρό παιδικό παρελθόν, δηλαδή φόβοι, πόνοι, ανεπάρκειες. Από πλευράς επιστημονικής, αλλά και εσωτερικής ψυχολογίας, το παιδί που υπήρξε, ζει πάντα μέσα στον ενήλικο! Πρόκειται για ανάσυρση τοξικών – οδυνηρών αναμνήσεων από το υποσυνείδητο και όχι για πραγματική απειλή, διότι αυτές οι τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις είναι ενοχλητικές, αλλά όχι απειλητικές!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: όλα αυτά προέρχονται από ένα δύσκολο παιδικό περιβάλλον, αρχίζοντας από την απορριπτική μήτρα, συνεχώς μεταφέρεται αυτή η δυσκολία! Η δυσκολία αυτή είναι ο κύριος παράγοντας – άξονας προς διαχείριση, διότι η απόρριψη που νιώσατε με όλα αυτά, σας σημάδεψε!

Να θυμάστε επίσης, ότι μπορείτε να κατασιγάσετε όλες τις προαναφερθείσες τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις λέγοντας κοφτά κι επιτακτικά: ΣΙΩΠΗ, ΟΛΑ ΕΝΤΑΞΕΙ, παύσατε πυρ, κατάπαυση του πυρός, επαναληπτικά! Προσθέτετε και το εξής: δηλώνω την πρόθεσή μου ότι μέσα μου επικρατεί Η ΣΙΩΠΗ της Παλλάδας Αθηνάς! Επίσης, μπορείτε περαιτέρω να λέτε φωναχτά: άλλο εσείς που μου τις προκαλέσατε κι άλλο εγώ! Άλλα τα τότε, άλλα τα τώρα! Είμαι ελεύθερος/η! Έτσι, θα εξασκηθείτε στην αποταύτιση από τους γονείς σας ή άλλα υπόλογα τοξικά πρόσωπα – πρότυπα (σημαντικούς άλλους)!

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: άλλο η ενσυναίσθηση και άλλο η ταύτιση – μίμηση! Στην ενσυναίσθηση δεν υπάρχει η μίμηση!

Να θυμάστε επίσης ότι τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολαστίχες, τις οποίες σας δίνω, βοηθούν τους ανθρώπους να συνδέονται ή να αποσυνδέονται εύκολα με τους άλλους ανθρώπους, με ευγενική καλοσύνη!

**11)** Η ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ της ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗΣ-ΑΛΛΗΛΟΠΕΡΙΧΩΡΕΣΗΣ – ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ. Εγώ Είμαστε – εμείς Είμαι (κβαντική κατάσταση). Δηλαδή, σε δέχομαι μέσα στον χώρο μου, άρα μειώνω – περιορίζω τον εγωισμό μου – φόβο μου!

Δώστε έμφαση σε αυτό το συνειδησιακό εργαλείο, διότι μέσω της συν-χώρεσης τα πάντα γύρω μας κινητοποιούνται ευεργετικά!

Συν-χώρεση – αλληλοπεριχώριση – εξισορρόπηση σημαίνει εξισορροπημένα και διαχειρίσιμα πάθη! Οτιδήποτε οδηγεί σε εξισορρόπηση ενεργειακή ΕΙΝΑΙ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ!

Η βασική εκδοχή της συν-χώρεσης είναι η εξής: λέγετε επαναληπτικά, «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν, να ανοίξω την καρδιά μου, να κάνω χώρο σε αυτήν και να συν-χωρέσω τις ενέργειες των λαθών και της κριτικής μου ή και τις ενέργειες των λαθών και της κριτικής του/της ..... με τον όρο να ισορροπήσουν προηγουμένως, ώστε μπαίνοντας στην καρδιά μου να είναι ήδη ισορροπημένες! Το συνδημιουργώ αυτό μαζί με το Πνεύμα, σύμφωνα με το ανώτερο καλό όλων και με τον νόμο της Αβλάβειας και αναλαμβάνω την ευθύνη της συνδημιουργίας μου! Και έτσι είναι! Αμήν!». Ο νόμος της αβλαβείας

λέγει: να βοηθάς πάντα, να μη βλάπτεις ποτέ κανέναν.

Αναλυτικότερα για τον νόμο της αβλάβειας: η αβλάβεια είναι πρωταρχικό κριτήριο! Έτσι διασφαλίζεται ότι οι προθέσεις, καλές ή κακές, δεν θα βλάψουν! Η ΑΒΛΑΒΕΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΥΠΑΡΞΗΣ!

Η επιθυμία να κάνεις καλό = το εγώ (αυτάρεσκο, ναρκισσιστικό) μπορεί να βασίζεται σε λάθος κίνητρα. Οπότε, στην ΑΒΛΑΒΕΙΑ υπάρχει η ισορροπία ώστε να πλοηγήστε στη ζωή ασφαλώς! Κανένα καλό δεν προκύπτει από μίαν ανισόρροπη πρόθεση. Γι' αυτό, η ΑΒΛΑΒΕΙΑ είναι ότι καλύτερο μπορεί να συμβεί = καθαρότητα δόνησης = ισορροπία = λάμψη του αιθερικού σας πεδίου! Ο αιθέρας σας τρίζει από καθαριότητα και συνδέεται άμεσα με την καθαρή Λογική, τον καθαρό Νου! Εδώ κλείνουμε τα περί αβλαβείας! Δείτε σχετικά και παρακάτω στο νούμερο 12 περί του νόμου της αβλαβείας!

Η συν-χώρεση μπορεί να αφορά τις προσωπικές μας ακατάλληλες ενέργειες ή τις αντιστάσεις μας για την συν-χώρεση. Μπορεί να αφορά επίσης, το να συν-χωρέσουμε τις ακατάλληλες ενέργειες ενός συνανθρώπου μας με τον οποίο έχουμε θέμα προς επίλυση ή το να συν-χωρέσουμε και μία κατάσταση που δυσκολευόμαστε να αποδεχτούμε στο εδώ και τώρα! Πάντως, πρώτα από όλα χρειάζεται να συν-χωρέσεις τον εαυτό σου, διότι επέτρεψε να πληγωθεί από τους άλλους! Όσον αφορά τους γονείς, πρέπει μέσω της δικής σου διεργασίας να μπορείς να συγχωρείς τους γονείς σου ουσιαστικά και όχι μόνο λεκτικά!

Σας δίνω και την παρακάτω εκδοχή:

«Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν και ανοίγω την καρδιά μου και κάνω χώρο σε αυτήν και συν-χωρώ όλες τις ενέργειες των λαθών και της κριτικής παντός συνυπεύθυνου με εμένα, καθώς και τις ενέργειες των δικών μου λαθών και της κριτικής μου στο Τώρα, σε βάθος χρόνου, σε όλους τους χώρους, σε όλες τις διαστάσεις, σε όλες τις ενσαρκώσεις, υπό τον όρο, όλες οι προαναφερθείσες ενέργειες να ισορροπήσουν προηγουμένως, ούτως ώστε όταν εισέλθουν στην καρδιά μου, να είναι ήδη απολύτως ισορροπημένες! Συνδημιουργώ όλα αυτά με το Πνεύμα, σύμφωνα με το ανώτερο καλό όλων και με τον νόμο της Αβλάβειας και αναλαμβάνω την ευθύνη της συνδημιουργίας μου! Αγάπη και Φως! Γέγονε! Και έτσι είναι! Αμήν!». Ο νόμος της αβλαβείας λέγει: να βοηθάς πάντα, να μην βλάπτεις ποτέ κανέναν! Η χρήση του νόμου της αβλαβείας προλαβαίνει ΟΛΑ ΤΑ ΑΡΝΗΤΙΚΑ!

Παρενθετικά σας λέγω ότι για να ανοίγει η καρδιά σας κάνετε τα εξής:

Τοποθετείτε την δεξιά σας παλάμη στο 3ο chakra σας, του στομάχου. Τοποθετείτε την αριστερή σας παλάμη στο 4ο chakra της καρδιάς! Οραματίζεστε ότι στο 3ο και στο 4ο chakra σας είναι εγκατεστημένος ο Ήλιος, με το χριστόγραμμα ΧΡ στο πάνω μέρος του! Λέγετε το Πάτερ ημών 3 φορές ή ακόμα καλύτερα 9 φορές! Δηλώνετε την πρόθεσή σας να ανοίξει η καρδιά σας διάπλατα στο πλάτος του θώρακά σας ή στο πλάτος της αύρας σας (3 μέτρα) ή στο πλάτος της Γης ή του Σύμπαντος! Εάν δυσκολεύεστε με όλα αυτά, πείτε απλώς το Πάτερ ημών 3 ή 9 φορές. Είναι αρκετό για να ανοίξει επαρκώς η καρδιά σας! Κλείνεται η παρένθεση.

Κάνετε πάντοτε ΑΠΟΔΟΧΗ και ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ όλων των καταστάσεων- - ενεργειών της παρούσης και των προηγούμενων ενσαρκώσεών σας, οι οποίες ενδεχομένως σας δυσκολεύουν στο Τώρα, σε βάθος χρόνου, σε όλους τους χώρους, σε όλες τις διαστάσεις, σε όλες τις ενσαρκώσεις!

Κάνετε ΑΠΟΔΟΧΗ και ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ ΤΟΥ ΣΧΕΔΙΟΥ της ζωής σας, διότι εσείς οι ίδιοι το σχεδιάσατε, πριν ενσαρκωθείτε στη Γη! Όλα είναι όπως πρέπει να είναι! ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ σημαίνει διαχειρίσιμα και εξισορροπημένα πάθη = ειρήνη στην καρδιά = ΥΓΕΙΑ! Οτιδήποτε οδηγεί σε εξισορρόπηση ενεργειακή είναι ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ! Μέσα από τη συν-χώρηση ανοίγουμε και δεχόμαστε τη χριστική ενέργεια, για κάθε άνθρωπο και για κάθε πλάσμα στη Γη! Ζητώντας συν-χώρηση γινόμαστε αγωγός της Χριστικής ενεργείας και συντελούμε στη μετάδοσή της ανάμεσα σε εμάς και όλους εκείνους από τους οποίους ζητούμε συν-χώρηση! Έτσι, αντί να βρίζουμε το σκοτάδι που συναπαντήσαμε μπορούμε να χρησιμοποιούμε τον παραπάνω τρόπο για να ανάψουμε το ΦΩΣ της ΓΝΩΣΗΣ - ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ! Μάθετε να ζητάτε συγγνώμη διότι έτσι διοχετεύετε πελώρια ενέργεια θεραπείας! Όπου θεραπεία = υπηρεσία = η κριτική συμπόνια και το έλεος στην πράξη! Όπου Σκοτάδι = απουσία Συνείδησης - Γνώσης! Φώτιση σημαίνει κατανόηση και επίγνωση = διεύρυνση της αντίληψης = ΘΕΩΣΗ. Σημειώτεον ότι ο φόβος παρεμποδίζει την κατανόηση και τα λοιπά! Ας είναι αυτά ο οδηγός σας! Η ακίνητη πληροφορία είναι σκοτάδι! Όταν η πληροφορία κινείται παράγεται ΦΩΣ! Η προστιθέμενη αξία βρίσκεται στη ΣΥΝΘΕΣΗ = διαλεκτική του Φωτός! Το σημείο Α δέχεται επιρροή από το σημείο Β και τα δύο συντίθενται στο σημείο Γ! Αναλώνεστε όπως ο Ήλιος, που λάμπει για ΟΛΟΥΣ, ή η αναμμένη λαμπάδα στη φωτοδοσία! Σχετικά με αυτά σας προσθέτω και τα εξής: υπάρχει η Γνώση ως φωτισμός, υπάρχει και η γνώση ως χρηστική κατανόηση! Η Γνώση είναι δύναμη διότι επιτρέπει την πρόβλεψη και την πρόληψη του κινδύνου = α-σφάλεια = προ-στασία! Λοιπόν, στο σκοτάδι απαντάς με ΦΩΣ, π.χ. η προσβολή ισχύει μόνον όταν εμείς την θεωρήσουμε και την νομίσουμε ως προσβολή. Αν εμείς την ΑΓΝΟΗΣΟΥΜΕ και δεν την θεωρήσουμε - νομίσουμε ως προσβολή, τότε ΔΕΝ ΙΣΧΥΕΙ, δηλαδή αυτό που πρέπει να αλλάζει από εμάς είναι η δική μας διαχείριση των ενεργειακών πεδίων!

Λέτε επίσης:

Συν-χωρώ όλες τις αρνητικές ενέργειες των προγόνων μου! (κατά τα γνωστά!)

Συν-χωρώ όλες τις αρνητικές ενέργειες που έλαβα ή έστειλα ποτέ! (κατά τα γνωστά!)

Συν-χωρώ τον εαυτό μου και όλους τους άλλους, καθώς και όλα, τα πάντα, ως ΜΕΡΗ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΜΟΥ! Οι άνθρωποι γύρω μας εκφράζουν - εκδηλώνουν όψεις του δικού μας εαυτού! Προσελκύουμε τις εμπειρίες που αντανακλούν τις επιθυμίες, τους φόβους και τις πεποιθήσεις μας! Οι βαθύτερες Αλήθειες μας είναι αυτές που, τελικά, καθορίζουν τη ζωή μας! Λοιπόν, να σκεπτόμαστε το καλό, για να έλθει κιόλας! Επίσης, εμείς ελκύουμε την συνθήκη που μας ενοχλεί και συνήθως αυτό συμβαίνει υποσυνείδητα!

Τέλος, ζητείτε συν-χώρηση για τις αποτυχίες του ΣΧΕΔΙΟΥ της ζωής σας!

Κάνετε επίσης ΑΠΟΔΟΧΗ και ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ, κάθε μέρα, όλων των ενεργειών της ανθρωπότητας και του σύμπαντος Κόσμου! Έτσι, προσφέρετε μεγάλη Υπηρεσία! Τέλος, να συν-χωρείτε τις ενέργειες των αντιστάσεων στις θεραπείες σας με συνειδησιακά εργαλεία και ψυχικές γομολάστιχες ή και όποιες άλλες θεραπείες κάνετε! Έτσι, θα διευκολύνεστε στην εφαρμογή τους!

Η συν-χώρηση ανοίγει το δρόμο για την πραγματική θεραπεία και την ευτυχία, δηλαδή για την κατάσταση φωτ/φίας Β μέσα μας και γύρω μας!

Η πιο μεγάλη απελευθερωτική ευλογία είναι η ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ!

Είναι πολύ μεγάλη δύναμη η ικανότητα για ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ! Είναι πολύ δυνατό να προσφέρεις σε κάποιον ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ! Οι γενναίοι συν-χωρούν, οι δειλοί εκδικούνται! Επίσης επιζητούν δικαιοσύνη και όχι εκδίκηση! Όμως, η ανθρώπινη δικαιοσύνη μπορεί να υπηρετεί είτε την κάθαρση (εξαγνισμό, εξιλέωση, εξευμενισμό) είτε, δυστυχώς, την συγκάλυψη του αδικήματος – εγκλήματος! ΣΥΝ-χώρεση σημαίνει δαιχειρίσιμα και εξισορροπημένα πάθη = ειρήνη στην καρδιά = ΥΓΕΙΑ!

Τεχνική συμβουλή: όταν η συν-χώρεση – αλληλοπεριχώρεση (εγώ Είμαστε-εμείς Είμαι) αφορά πολλούς ανθρώπους, να γίνεται για τον κάθε άνθρωπο ξεχωριστά, σύμφωνα με τον προαναφερθέντα τρόπο! Επίσης, στις περιπτώσεις αυτές, να συν-χωρούνται 3-4 ξεχωριστά πρόσωπα ή καταστάσεις κάθε ημέρα, για να μην προκύπτουν συγχύσεις!

Η συν-χώρεση – αλληλοπεριχώρεση – εξισορρόπηση και η Αγάπη χωρίς ανταλλάγματα (ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΗΣ) είναι το θεμέλιο της κάθε θεραπείας! Η διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης – εξισορρόπησης εξουδετερώνει την μνησικακία, την φιλέκδικη διάθεση που είναι μία από τις κύριες αιτίες νόσησης και οπωσδήποτε η μνησικακία προς την μητέρα είναι η αιτία του καρκίνου του μαστού! ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ σημαίνει δαιχειρίσιμα και εξισορροπημένα πάθη = ειρήνη στην καρδιά = ΥΓΕΙΑ!

Γενικότερα, η εκδικητικότητα (τα ολέθρια αποτελέσματα της εκδίκησης) είναι ανοησία, τρέλα και αλαζονεία! Η ανοησία της αλαζονείας! Είναι ματαιότητα, χαμένος καιρός! Η εκδικητικότητα οδηγεί σε φαύλο κύκλο αντεκδικήσεων (αδιέξοδης φιλεκδικίας) και δεν είναι δικαιοσύνη! Αυτή είναι η φρίκη της εκδίκησης που δεν λυτρώνει κανέναν! Μόνο η αποδοχή και η συν-χώρεση λύνει το πρόβλημα στη ρίζα του. Η αποδοχή και η συν-χώρεση είναι πιο μεγάλες από την εκδίκηση. Η Αγάπη διαλύει τον θυμό, η Αγάπη ελευθερώνει από την μνησικακία και από τον φόβο, η Αγάπη δημιουργεί ασφάλεια! Τέλος, η εκδίκηση σημαίνει διαζύγιο από τη Λογική! Σημαίνει επίσης μίσος! Το μίσος είναι έλλειψη Αγάπης προς τον εαυτό – Εαυτό σας! Ο μνησικακός Άνθρωπος ωραιοποιεί την αυτό-απέχθειά του! Εκείνα που δεν συγχωρείς, θα σε κυνηγούν σε αυτόν τον κόσμο και στον άλλο! Εκείνους που δεν συν-χωρείς τους φοβάσαι (κατάσταση φωτογραφίας Α')! Άρα: η συγχώρεση είναι η επιλογή τους ευφυούς ανθρώπου (κατάσταση φωτογραφίας Β')!

ΕΠΙΣΗΜΑΝΣΗ: οι επαναλαμβανόμενες αρνητικές σκέψεις προκαλούν εθισμούς και αυτοί χτίζουν την ατομική μας κόλαση!

Ένα ακόμη συνειδησιακό εργαλείο εξουδετέρωσης της μνησικακίας, είναι οι εξής λέξεις – ενεργειακοί διακόπτες.

Λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Ανατρέψτε.....πολλές επαναλήψεις
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Εκτός.....πολλές επαναλήψεις

Οι κύριες αιτίες νόσησης είναι: η μνησικακία, όπου ο μνησικακός άνθρωπος ωραιοποιεί την αυτοαπέχθειά του, η αυτοεπίκριση-κριτική,κακόβουλα ο θυμός, η ενοχή και η απώλεια – απουσία νοήματος στη ζωή!

Παρεμπιπτόντως, σας λέγω ότι η διαδικασία συν-χώρεσης-αλληλοπεριχώρεσης είναι πρώτης τάξης υπνωτικό, όταν την επαναλαμβάνετε πολλές φορές, ιδίως όταν έχετε ψυχική ένταση και ανησυχία-υπερδιέγερση και δεν μπορείτε να κοιμηθείτε! Η διαδικασία της συν-χώρεσης κατευνάζει το νευρικό σύστημα, οπότε μπορεί να λειτουργήσει ανεμπόδιστα από τον φόβο, ο μηχανισμός του ύπνου! Ο ύπνος γιατρεύει το σώμα και ημερεύει την ψυχή!

Στην εκδικητικότητα – μνησικακία μπορείτε να χρησιμοποιείτε ως αντίδοτα για συμφιλίωση και τα εξής:

Λέγετε: λύνετε για να σας λυθούν, μη κρατείτε για να μη σας κρατηθούν! Με όποιο μέτρο μετρήσετε, με το ίδιο μέτρο θα μετρηθείτε!

Σκεφτείτε επίσης την διδαχή του Σωκράτη, ότι δηλαδή δεν έχουμε δικαίωμα στην αντεκδίκηση, στο ανταδικείν! Αυτή η διδαχή του Σωκράτη είναι μορφή ατελούς Αγάπης! Ο Σωκράτης υπήρξε ενσάρκωση της ενεργειακής οντότητας η οποία μετενσαρκώθηκε αργότερα ως Ιησούς ο Ναζωραίος, ο επιλεγόμενος Χριστός, ο οποίος δίδαξε πρώτος την τέλεια αληθινή Αγάπη! Άλλοι πολιτισμοί, όπως ο ινδικός, ο κινεζικός κλπ μίλησαν για την Αγάπη ως αναγκαίου παράγοντα κοινωνικής συνύπαρξης, αλλά μόνο ο Ιησούς μίλησε για ενεργό Αγάπη προς τον πλησίον ως εαυτόν! Επίσης, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε: την διαδικασία της συγχώρεσης, το «νάμαστε» και την κουρτίνα της Σωτηρίας (ολότητας – ολοκληρίας). Θεοί εστέ, εν εμοί τω Θεώ! Ο άνθρωπος είναι «κεκελευσμένος» θεός! Είμασθε Θείος Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του!

Σας προσθέτω τα εξής: όταν οι αντιστάσεις σας στη θεραπεία είναι ισχυρές, τόσο κατά τη χρήση των συνειδησιακών εργαλείων, όσο και για τη χρήση των ψυχικών γομολαστίχων, τότε κάνετε την διαδικασία της συν-χώρεσης των αντιστάσεών σας! Συν-χωρείτε όποια αντίσταση υπάρχει σε αυτό που θέλετε να κάνετε! Έτσι, οι αντιστάσεις σας θα μειωθούν-εξασθενίσουν και θα μπορέσετε να πάτε μέσα σας βαθύτερα και η θεραπεία σας θα επιταχυνθεί και θα φτάσει μακρύτερα και βαθύτερα! Να θυμάστε ότι: εκείνο που δεν αντέχεις μέσα σου το προβάλλεις στον άλλο! Όποιος και όποιοι είναι αυτοί!

**1<sup>η</sup> προσθήκη** στη διαδικασία της συν-χώρεσης

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν ότι ανοίγω και δέχομαι αυτό που έρχεται για μένα, χωρίς να προβάλλω αντιστάσεις! Να αφεθώ στην αγκαλιά του Πνεύματος χωρίς να οδύρομαι και να κλοτσάω! Ανοίγω και δέχομαι με ευγνωμοσύνη και πλήρη πίστη – εμπιστοσύνη!

**2<sup>η</sup> προσθήκη** στη διαδικασία της συν-χώρεσης

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν να θεραπευτούν όλα τα μέρη του εαυτού μου που με κάνουν δυστυχισμένο/η!

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και καταργώ όλα όσα με οδηγούν να αρνούμαι τον εαυτό μου και την αξία μου!

Αποδεικνύω στον εαυτό μου ότι μπορώ να τον αγαπάω και ότι μπορώ να συν-χωρώ όλα όσα δεν του αρέσουν, γιατί όλα αυτά είμαι ΕΓΩ!

Δεν αντιστέκομαι στο προχώρημά μου! Αποδέχομαι και αγαπώ όλα τα μέρη μου και προοδεύω! Αγάπη και Φως! Γέγονε! Και έτσι είναι! Αμήν!

**3<sup>η</sup> προσθήκη** στη διαδικασία της συν-χώρεσης / λέγετε επαναληπτικά:

α) Δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν, να ανοίξω την καρδιά μου και να κάνω χώρο σε αυτήν και να συν-χωρέσω τις αρνητικές ενέργειες όλης της Γης και των ανθρώπων σε αυτήν, με τον όρο να ισορροπήσουν ώστε μπαίνοντας στην καρδιά μου να είναι ήδη ισορροπημένες. Συνδημιουργώ αυτό με το Πνεύμα σύμφωνα με το ανώτερο καλό όλων και με τον νόμο της αβλαβείας και αναλαμβάνω την ευθύνη αυτής της συν-δημιουργίας μου! Και έτσι είναι αμήν!

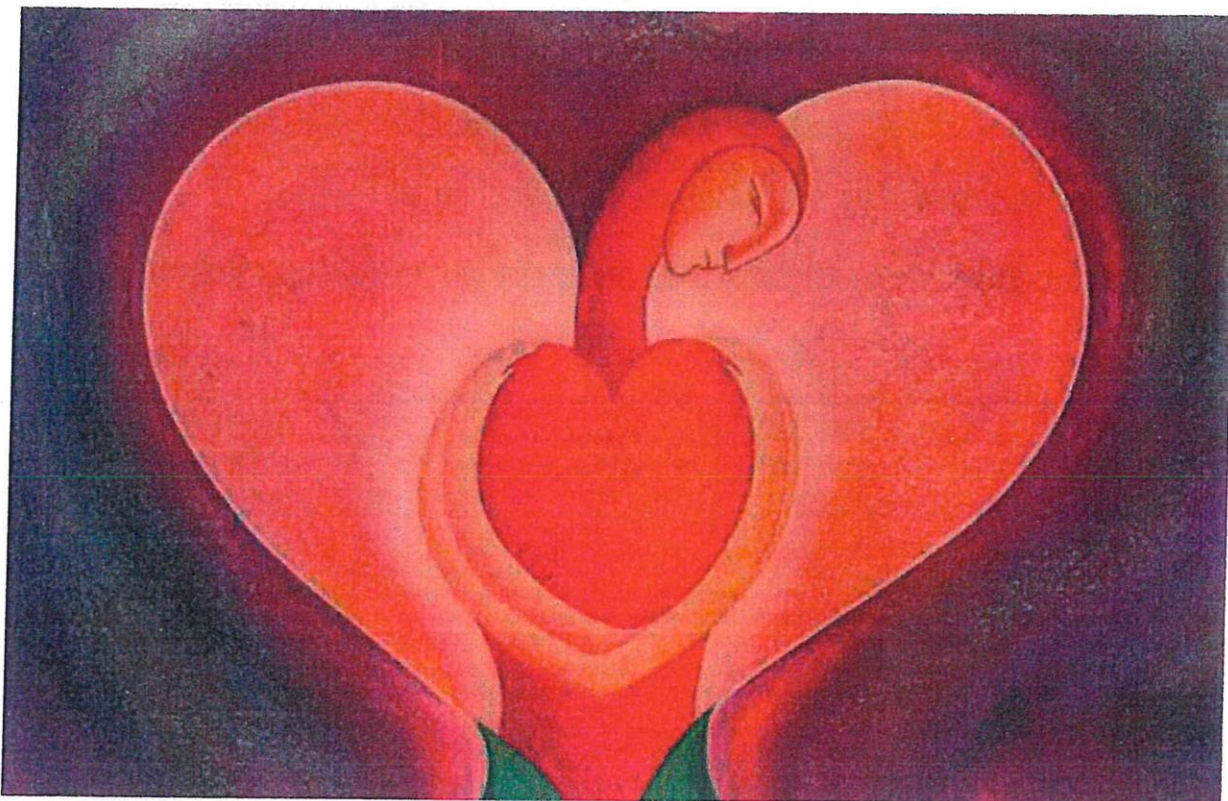
β) Δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν να κάνω χώρο σε αυτήν και να συν-χωρέσω όλη την ενέργεια του Χριστού, όλη τη χριστική ενέργεια, θετική και αρνητική με τον όρο να ισορροπήσει, ώστε μπαίνοντας στην καρδιά μου να είναι ήδη ισορροπημένη. Συν-δημιουργώ αυτό με το Πνεύμα σύμφωνα με το ανώτερο καλό όλων και με τον Νόμο της Αβλαβείας και αναλαμβάνω την ευθύνη αυτής της συνδημιουργίας μου. Και έτσι είναι, Αμήν!

ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΛΑΝΘΑΣΜΕΝΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΑΥΤΟΕΛΕΧΓΟΥ ΜΑΣ ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΕΞΑΣΘΕΝΕΙ ΜΕ ΤΗΝ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΣΥΝΧΩΡΕΣΗΣ ΚΑ ΤΑ ΛΟΙΠΑ ΣΥΝΕΙΔΗΣΙΑΚΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΟΠΩΣ ΚΑΙ ΜΕ ΤΙΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ

Όταν ο ανθρώπινος εγκέφαλος φοβάται (κατάσταση φωτ/φιας Α) λέει ψέματα στο εαυτό του και στους άλλους! Επίσης κλείνεται στην μόνωση και στον εγωκεντρισμό του!

Έτσι παράγεται το λανθασμένο σύστημα αυτόελεγχού μας, το λανθασμένο «νομίζω» μας! Δηλαδή ο λανθασμένος θεωρούς μας!. Δηλαδή ο φόβος μας κάνει να νομίζουμε -θεωρούμε να εκλαμβάνουμε την απλή σκέψη, η στάση του άλλου για εμάς ως κρίση για αυτόν, την κρίση ως επίκριση, γι' αυτόν την επίκριση ως απόρριψη, την απόρριψη ως απώλεια αυτοαξίας αυτού, την απώλεια αυτοαξίας ως προσωπική προσβολή, γι' αυτόν, την προσωπική προσβολή ως εχθρότητα! Έτσι, προκαλούνται ΜΑΤΑΙΕΣ ΔΙΑΜΑΧΕΣ και εν γένει προκύπτει βαθειά ΠΑΡΑΓΝΩΡΙΣΗ της ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ και ΑΣΥΝΕΝΝΟΗΣΙΑ! Όλα αυτά είναι και μέρος του εσωτερικού μας δολιοφθορέα.

## Η σχέση με τον εαυτό σου είναι η πιο σημαντική σχέση της ζωής σου!



Είναι αυτή η **σχέση** που θα καθορίσει κάθε άλλη σχέση σου. Την ποιότητα της, τη διάρκεια της, την αλήθεια της.

Είναι αυτή η σχέση που θα σου ανοίξει ή θα σου κλείσει πόρτες και δρόμους.

Ίσως σε έχουν μάθει πως είναι εγωιστικό να αγαπάς τον εαυτό σου, κάπως έτσι μεγαλώσαμε όλοι μας, με αυτήν την πεποίθηση. Όμως το πιο όμορφο πράγμα που μπορεί να σου συμβεί είναι μία σχέση βαθιάς και αληθινής αγάπης με εσένα. Και το καλύτερο είναι πως αυτή η σχέση σου με εσένα θα ωφελήσει και τους άλλους γύρω σου.

Άνοιξε διάπλατα την καρδιά σου σε εσένα, άνοιξε διάπλατα την αγκαλιά σου για εσένα.

Ξεκίνα τώρα! Μπες βαθιά μέσα σου, στην καρδιά σου και συγχώρεσε πρώτα απ' όλα τα λάθη σου, μικρά ή μεγάλα, δεν έχει σημασία. Δες με ειλικρίνεια μέσα σου, χωρίς όμως να σε «γυπάζ», πάρε τώρα την ευθύνη για όλα τα λάθη σου, συγχώρεσε τον εαυτό σου και προχώρησε. Μόνο έτσι θα μπορέσεις να συνεχίσεις τη ζωή σου χωρίς περιττά βάρη που σε κρατάνε χαμηλά.

Μπες βαθιά μέσα σου με θάρρος, κοίταξε προσεκτικά, πόσα θέματα άλυτα έχεις σκεπάσει με πολλή τέχνη και τα έχεις ονομάσει κάπως αλλιώς. Και όλα αυτά τα θέματα αφορούν πάντα εσένα σε σχέση με εσένα. Χωρίς κριτική και χωρίς να κατηγορείς τον εαυτό σου, απλά με ειλικρίνεια και πολλή αγάπη θεράπευσε ότι μπορεί να υπάρχει ακόμα μέσα σου ανοιχτό. Αγάπη χρειάζεσαι και αυτήν την αγάπη θα σου τη δώσεις εσύ! Εσύ είσαι το πιο κατάλληλο πρόσωπο γι' αυτό!

Φρόντισε τον εαυτό σου! Ποιός μπορεί να το κάνει καλύτερα εκτός από εσένα: Κανένας, πίστεψε με. Ακόμα κι αν κάποτε νομίζεις πως υπάρχει κάποιος που θα σε φροντίσει καλύτερα από εσένα, σύντομα θα καταλάβεις πως δε γίνεται.

Γι' αυτό γνώρισε τον εαυτό σου, αγάπησε τον, φρόντισε τον, σεβάσου τον.

Αναγνώρισε την ομορφιά σου, εσωτερική κι εξωτερική, αναγνώρισε και συνειδητοποίησε πόσο υπέροχο πλάσμα είσαι, αναγνώρισε τα ταλέντα σου, το δυναμικό σου, την αξία σου. Χωρίς όμως όλα αυτά να γίνονται μέσα από το επίπεδο του «εγώ» σου αλλά μέσα από την καρδιά σου. Γι' αυτό μην αφήνεις καμία εσωτερική εκκρεμότητα με εσένα, καμία πληγή ανοιχτή. Μην προσποιείσαι ποτέ και μη σκεπάζεις πράγματα μέσα σου, γιατί με την πρώτη ευκαιρία θα βγουν στην επιφάνεια, και τότε θα λες πως φταίνε οι άλλοι, οι όποιοι άλλοι.

Θα λες πως σε πλήγωσαν, ενώ απλά κάποιος θα έχει αγγίξει την ήδη ανοιχτή πληγή σου, για την οποία αδιαφορείς ή την έχεις απλά σκεπάσει. Θα λες πως σου λένε ψέματα, ενώ εσύ πρώτος/η λες ψέματα στον εαυτό σου. Θα λες πως αδιαφορούν για εσένα ή πως δε σε υπολογίζουν, ενώ πρώτος/η εσύ σε έχεις ξεχάσει και αδιαφορείς για σένα.

Γι' αυτό άνοιξε τώρα την καρδιά σου στον υπέροχο, στην υπέροχη εσένα. Σκύψε στην ψυχή σου και αφουγκράσου. Τι σου λέει: Δεν περιγράφεται η στιγμή που θα συναντηθείς με την νυχή σου. Είναι ότι καλύτερο θα σου έχει συμβεί.

Και ξέρεις ποιο είναι το καλύτερο: Όταν τα έχεις κάνει όλα αυτά, όταν έχεις γεμίσει το Είναι σου με την αγάπη σου, όταν έχεις αγγίξει την ψυχή σου, όταν έχεις αγκαλιάσει την καρδιά σου, τότε θα ξεχειλίζει η αγάπη σου και για όλους τους ανθρώπους γύρω σου, για όλα τα πλάσματα γύρω σου.

Τότε και μόνο τότε θα έχεις υγιείς σχέσεις σε όλους τους τομείς και με όλους γύρω σου. Γιατί όλα ξεκινούν από την ιερότερη σχέση της ζωής σου, κι αυτή είναι η σχέση σου με εσένα!



Έχετε γενικά υπόψη σας και τα εξής:

Μπορούν να χρησιμοποιούν τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης – εξισορρόπησης, τις παραπάνω τρεις (3) προσθήκες καθώς και την ενεργειακή κουρτίνα της Σωτηρίας (δείτε και προηγούμενα), όσοι αγωνίζονται να αποκαταστήσουν τις σχέσεις με την αποξενωμένη οικογένειά τους! Επίσης λέτε: «Δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν ότι ο θεός μέσα μου, αναγνωρίζει, χαιρετά και ευλογεί τον θεό μέσα σου»! «Νάμαστε»! Η κουρτίνα της Σωτηρίας είναι ανάπτυγμα αυτής της στάσης! Αν χρειαστεί, η διαδικασία συν-χώρεσης– αλληλοπεριχώρεσης και η κουρτίνα της Σωτηρίας, να γίνονται επί μακρόν υπομονετικά, επίμονα και σταθερά, μέχρις ότου προκύψει το ζητούμενο ευεργετικό αποτέλεσμα βελτίωσης της σχέσης με τον «άλλο»! Όποιος ή όποιοι είναι αυτοί!

*Σημείωση:* Όλα τα παραπάνω θα διευκολύνουν την πορεία σας σε ένα κόσμο παραγμένο και θηριώδη, χωρίς απώλεια της πίστης στον εαυτό σας και της ισορροπίας σας! Να θυμάστε ότι η ζωή μας είναι ένα είδος παράστασης που σκηνοθετούμε εμείς οι ίδιοι! Επίσης, όταν αντιμετωπίζετε απώλειες, να σκέπτεστε όχι όσα έχουν χαθεί, αλλά όσα έχουν απομείνει και με αυτά να κάνετε ένα νέο ξεκίνημα (να ξαναρχίσετε και να συνεχίσετε απόητοι)! Επιπλέον μη στέκεστε αντίθετοι προς τις ενέργειες που κινούνται και σας επηρεάζουν! Πηγαίνετε πάντα σύμφωνα με αυτές, κάνοντας ένα είδος σέρφινγκ σε αυτές! Αυτές οι εφαρμογές θα σας διευκολύνουν τα μέγιστα και θα σας γαληνέψουν! Επίσης, όταν έχετε άλυτα θέματα με τους θανόντες γονείς σας, τότε μπορείτε να οραματιστείτε τον πατέρα σας ή και την μητέρα σας και να συζητήσετε τα θέματα μεταξύ σας, ούτως ώστε να εξομαλυνθούν οι σχέσεις σας με αμοιβαία συν-χώρεση – αλληλοπεριχώρεση - εξισορρόπηση (συγγνώμη)!

#### ΥΜΝΟΣ – ΔΙΘΥΡΑΜΒΟΣ – ΕΓΚΩΜΙΟ ΣΤΗ ΣΥΓΓΝΩΜΗ

Λέτε επαναληπτικά:

«Ζητώ συγγνώμη και συνδημιουργώ την συν-χώρεση – αλληλοπεριχώρεση – εξισορρόπηση με το Πνεύμα και αναλαμβάνω την ευθύνη αυτής της συνδημιουργίας μου»! Βλέπετε λοιπόν, ότι η συγγνώμη και η συν-χώρεση είναι τα ίδια! Να προσφέρετε και να ζητάτε συν-χώρεση, για να αποκαθίσταται Η ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ! Μη δεσμεύετε κανέναν, ούτε εσείς να δεσμεύεστε από άλλους! Δεν χρειάζεται να κάνετε κάτι επειδή πρέπει, ΑΛΛΑ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΝΑ ΤΟ ΘΕΛΕΤΕ! Μία συγγνώμη αποκαθιστά ΤΗΝ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ ΣΤΟ ΕΠΙΠΕΔΟ ΤΗΣ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ! Μία συγγνώμη ΘΕΡΑΠΕΥΕΙ και αυτόν που την ζητά και αυτόν που του ζητείται!

ΟΤΙΔΗΠΟΤΕ οδηγεί σε ενεργειακή ισορροπία είναι ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ!

Δηλώστε την πρόθεσή σας να ζητήσετε συγγνώμη από όλη την ανθρωπότητα!

#### Η ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ ΓΙΝΕΤΑΙ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΣΥΓΓΝΩΜΗΣ!

Λέτε: «αδελφές μου και αδελφοί μου ζητώ συγχώρεση για τον πόνο που εκούσια ή ακούσια σας έχω προκαλέσει σήμερα, στο παρελθόν και στο μέλλον!

Αμήν!» Έτσι, δηλώνετε ότι λυπάστε για τον πόνο που προκαλείτε ή προκαλέσατε! Δεν τιμωρείστε για κάτι! Απλά, λειτουργείτε σαν συνδημιουργοί της γήινης πραγματικότητας, τόσο με το Πνεύμα όσο και με τους συνανθρώπους σας! Όπου υπάρχει συγγνώμη, βρίσκεται ο Ιησούς Χριστός! Αυτός είναι ο Κύριος της Αγάπης και του ελέους! Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Γνωρίστε την ισχύ του ελέους! Αυτό που νιώθετε στην καρδιά σας ζητώντας συγχώρεση είναι Ειρήνη! Άρα, να την επιδιώκετε έτσι! Είναι πολύ επουλωτική διαδικασία των ψυχοτραυμάτων! *Slogan:* Συν-χώρεση – Συγγνώμη = διαχειρίσιμα και εξισορροπημένα πάθη = ΕΙΡΗΝΗ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ = ΥΓΕΙΑ!

Μάθετε να ζητάτε συγγνώμη διότι έτσι διοχετεύεται πελώρια ποσότητα ενεργείας θεραπευτικής, όπου θεραπεία = υπηρεσία = συμπόνια και το έλεος στην πράξη! Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Γνωρίστε την ισχύ του ελέους! Η παροχή υπηρεσίας στο ΣΥΜΠΑΝ, δηλαδή στο ΟΛΟΝ προκαλεί χαλάρωση – αγαλλίαση – πληρότητα (κατάσταση φωτογραφίας Β), δηλαδή υπαρξιακή χαρά αυτοεκπλήρωσης, δηλαδή να νιώθεις γεμάτος/η!

Με όσα είπαμε για την συν-χώρεση – αλληλοπεριχώρηση - εξισορρόπηση και για την συγγνώμη προκαλείται Εφέλκυση του Χριστού και των χριστικών ενεργειών στην ανθρωπότητα, στον εαυτό μας και σε όλα ζωντανά πλάσματα στην Γη. Αυτή η φιλοσοφία του πόνου οδηγεί στο πέρασμα από τον πόνο στη γαλήνη! Αυτή είναι η εξημέρωση του πόνου! Δια μέσω του πόνου έρχεται η ανακαίνιση, δηλαδή πρόκειται για σταυροαναστάσιμη κατάσταση! Ζωή σημαίνει πόνος (μόχθος και οδύνη, σωματικά ή ψυχοπνευματικά). Όταν ένα πάσχον μέρος του σώματος αναζωογονείται, τότε αρχίζει να πονάει! Απουσία ζωής = απουσία πόνου! Επίσης, ο αγώνας για αυτοβελτίωση συνεπάγεται πόνο, συνήθως!

- ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ Η ΔΙΑΦΟΡΑ του να ομονοείς από το να αλληλοπεριχωρείσαι με τους άλλους;
- Κατά την αλληλοπεριχώρηση γίνεται αποδεκτή η διαφορετικότητα. Το δικαίωμα να γίνονται άλλες επιλογές!
- Αυτά δεν ισχύουν όταν ομονοούμε. Ισχύουν τα αντίθετα! Όπου υπάρχει ταύτιση όπως στην ομόνοια, δεν υπάρχει συνομιλία! Γι' αυτό, δεν μπορεί να αναπτυχθεί ο νους στην ταύτιση, αλλά μόνο στη διαφορετικότητα! Η κινητήρια δύναμη για επιλογές είναι σε διαφορές στις ποιότητες – αξίες – ουσίες. Ο άνθρωπος είναι οι επιλογές του – αποφάσεις του! χρειάζεται να έχει ικανότητα κριτικής αξιολόγησης και εκτίμησης της ποιότητας!

**12) Ο ΝΟΜΟΣ ΤΗΣ ΑΒΛΑΒΕΙΑΣ** λέγει: help ever, hurt never, δηλαδή να βοηθάς πάντα, να μη βλάπτεις ποτέ! Η χρήση του νόμου της αβλαβείας προλαβαίνει όλα τα αρνητικά! Στα πλαίσια αυτού του νόμου, κάνουμε μόνο ό,τι μπορούμε και όχι περισσότερο, διότι έτσι δεν θα τιμούμε και δεν θα σεβόμαστε αυτό που είμαστε! Κάνουμε μόνο ΤΟΣΟ, ΟΣΟ μπορούμε κάθε φορά! Δείτε και προηγουμένως σχετικά με την ΑΒΛΑΒΕΙΑ! (στο νούμερο 11). Μέσα στα πλαίσια αυτά, ο ώριμος ενήλικος άνθρωπος εκδηλώνει μία φυσιολογική δυσπιστία σε πρόσωπα και πράγματα που συναπαντάει, για αυτοπροστασία, ώστε να μην βλάπτεται εύκολα ο εαυτός του. Όλα αυτά στα πλαίσια της εγρήγορσης που πρέπει να έχουμε σχετικά με όσα γίνονται και συμβαίνουν γύρω μας!

**13) «SOS»** Δώστε ιδιαίτερη προσοχή σε αυτό το Συνειδησιακό Εργαλείο! Εφαρμόζετε τον νόμο της ΑΠΟΔΟΧΗΣ – συμφιλίωσης ΧΩΡΙΣ κρίση - ο οποίος είναι ΣΩΤΗΡΙΟΣ και λέει: Ευλογημένα να είναι τα συμβαίνοντα, ευλογημένος να είναι ο λόγος των συντελεστών τους!

ΧΩΡΙΣ ΚΡΙΣΗ «ΑΠΟΔΕΧΟΜΑΙ, συναινώ = γνωρίζω εσωτερικά, κατανοώ, συνχωρώ, μετανοώ, (αλλάζω τον τρόπον της σκέψης μου), ευλογώ, φωτίζω (όπου Φώτιση = κατανόηση – διεύρυνση της αντίληψης μέχρι τη θέωση) και μετουσιώνω κάθε αρνητικότητα σε θετικότητα μέσα μου και γύρω μου, γύρω μου και μέσα μου! Είθε όλα τα όντα σε όλους τους κόσμους, να είναι ευλογημένα, χαρούμενα, ειρηνικά και υγιή!»! Έτσι, η ΑΠΟΔΟΧΗ – συμφιλίωση ΧΩΡΙΣ κρίση, ισοδυναμεί με την άφεσή σας στη ΡΟΗ της ενέργειας, στη ΡΟΗ της ζωής! Έτσι, ανοίγεται ο δρόμος σας, διότι πηγαίνετε μαζί με την ενέργεια, ιδίως όταν δεν υπάρχει άλλος τρόπος και είναι αναπόφευκτο! Η ΑΠΟΔΟΧΗ – συμφιλίωση ΧΩΡΙΣ κρίση - ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΚΛΕΙΔΙ ΤΩΝ ΠΑΝΤΩΝ! Σε όλες τις προσευχές σας, σε όλα τα αιτήματά σας προς το θείον, είναι έξυπνο και χρήσιμο για εσάς, να καταλήγετε ως εξής: «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν ότι είμαι Ευγνωμοσύνη, είμαι Εμπιστοσύνη και είμαι Αποδοχή – χωρίς κρίση – του εαυτού μου και της βοήθειας που ζητώ από το Πνεύμα, τον Θεό»!

Με όλα όσα σας είπα ήδη φαίνεται ότι η αποδοχή – συμφιλίωση δεν σημαίνει παθητική παράδοση στο εκάστοτε πρόβλημα! Αντιθέτως, αποκαθιστάς ενεργητικά την εσωτερική σου ισορροπία αποδεχόμενος την κατάσταση ΟΠΩΣ ΕΙΝΑΙ, οπότε δεν έχεις φθορά! Επιπλέον, ευγνώμονες νιώθετε όταν το Πνεύμα σας αγκαλιάζει!

Η στάση «*Γιατί να μη μου συμβεί εμένα αυτό;*» = Η ΑΠΟΔΟΧΗ της πραγματικότητας = Η ΨΥΧΙΚΗ ΩΡΙΜΟΤΗΣ.

Η στάση: «*Γιατί να μου συμβεί εμένα αυτό;*» = ΑΡΝΗΣΗ ΑΠΟΔΟΧΗΣ της πραγματικότητας = Η ΨΥΧΙΚΗ ΑΝΩΡΙΜΟΤΗΣ – ΠΑΙΔΙΚΟΤΗΣ!

Δείτε και αριθμ. 5), στο 4<sup>ο</sup> κεφάλαιο, προηγούμενως.

Τόσο η Ευγνωμοσύνη, όσο και η Εμπιστοσύνη και η Αποδοχή – χωρίς κρίση, ξεχωριστά η κάθε μία, ανοίγουν τους δρόμους σας, πολύ δε περισσότερο όταν αναφέρετε και τις τρεις μαζί, όπως σας είπα! Παρεμπιπτόντως, φιλία χωρίς εμπιστοσύνη δεν υπάρχει. Εμπιστοσύνη είναι να νιώθεις ασφαλής με κάποιον ή με κάτι.

*Σημείωση:* όταν δεν είσαι ευγνώμων, σημαίνεται ότι δεν αξίζεις την βοήθεια που δίνεται ή δόθηκε! Ο λαός λέει «και τα καλά και τα κακά δεχούμενα εξίσου!», επίσης λέει ψύχραιμα «και αυτό θα περάσει, ό,τι κι αν μας συμβεί»!

Αναλυτικότερα: Αγάπη χωρίς ευγνωμοσύνη δεν υπάρχει. Ευγνωμοσύνη χωρίς Αγάπη δεν υπάρχει. Βρέστε ευγνωμοσύνη, στην ανοιχτή καρδιά σας και ΟΧΙ ΣΤΟΝ ΝΟΥ ΣΑΣ! Συνδυάζετε αυτά τα δύο: ανοιχτή καρδιά και ευγνωμοσύνη για όλα όσα βιώνετε! Η καρδιά ανοίγει όταν απλώς χαμογελάμε, έστω και βεβιασμένα!

*Ορισμός μετάνοιας:* είναι η έμπρακτη μεταμέλεια, δηλαδή η αλλαγή σκέψης-στάσης-συμπεριφοράς.

*Ορισμός μετουσίωσης:* είναι η Πνευματοποίηση, δηλαδή η μετατροπή των χαμηλών ενεργειακών δονήσεων μίας ουσίας σε υψηλές ενεργειακές δονήσεις, οπότε η ουσία γίνεται κάποια άλλη ουσία ευγενέστερη, αληθινότερη!

*Ορισμός ουσίας:* είναι ο ενεργητικός τρόπος ,μετοχής στο ΕΙΝΑΙ!

**14)** ΟΡΑΜΑΤΙΖΕΣΤΕ την εξής θεραπευτική εικόνα και σκέπτεστε ότι οι δυσκολίες της ζωής ισοδυναμούν με μία φυλακή, η οποία είναι ανοιχτή μόνο στην οροφή της! Η έξοδος–απελευθέρωση από αυτήν δηλαδή, είναι μόνο προς τα επάνω, προς το Πνεύμα, προς την Πνευματοποίηση! Συνδυάζετε τον οραματισμό σας με την στάση «τα βάσανα είναι για τους ανθρώπους, άρα προς τι η στεναχώρια;» Αυτή η στάση είναι παράγωγο λαϊκής σοφίας (θυμοσοφίας)! Επίσης, ο λαός λέει «και αυτό θα περάσει», «ό,τι κι αν μας συμβεί»!

Μία φυλακή δίνει την αίσθηση του εγκλεισμού, αλλά ταυτόχρονα και του άπειρου, αν το θελήσουμε – επιλέξουμε! Χαρείτε την ελευθερία της φυλακής σας, των δυνάμεων που σας φυλακίζουν! Η αποστολή μας στη Γη είναι να υπερνικάμε τον πόνο της ύλης και να είμαστε ή να γινόμαστε ελεύθεροι! Προϋπόθεση γι' αυτό είναι να γινόμαστε και να είμαστε Κύριοι της λειτουργίας του εγκεφάλου μας, μέσω της δύναμης που δίνει η Γνώση! Όταν κατανοείς την ύλη, δηλαδή αποκτάς επίγνωση κατά τη διάρκεια ενός σεναρίου ζωής, τότε την κάνεις Νου, δηλαδή ενέργεια, οπότε απελευθερώνεσαι και μαζί με εσένα απελευθερώνεται και ο πλανήτης Γη! Για να γίνει η ύλη Νους, δηλαδή ενέργεια, πρέπει να κατανοήσει τι συμβαίνει! Έτσι, η ύλη γίνεται Νους, δηλαδή Ενέργεια, δηλαδή Πνεύμα, δηλαδή Ψυχή, δηλαδή Ενοικούσα Διάνοια ή εσωτερικός, αμέτοχος–ανεπηρέαστος Παρατηρητής! Άρα: το γήινο «εγώ» δεν χρειάζεται να εξαφανισθεί, αλλά να ενωθεί με το θείον, δηλαδή το γήινο «εγώ» χρειάζεται να τεθεί στην υπηρεσία της ψυχής μας!

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: ο φόβος παρεμποδίζει την κατανόηση!

Slogan: χαρείτε την ελευθερία της φυλακής σας!

Η αποστολή μας είναι να υπερνικούμε τα δεσμά των περιορισμών της ύλης και να είμαστε ελεύθεροι! Κατά την διάρκεια αυτής της πνευματικής περιπέτειας ανακαλύπτουμε ποιοι είμαστε αληθινά, μέσω της ΓΝΩΣΙΜΑΘΕΙΑΣ = παθαίνω – μαθαίνω, για να μην ξαναπάθω! Κανένας δεν ξέρει ποιος πραγματικά είναι, παρά μόνον αν βρεθεί σε ακραίες συνθήκες επιβίωσης! Σε αυτά τα πλαίσια, η αυτοκατάφαση προϋποθέτει αυτογνωσία! Μέσω των αλλαγών μαθαίνουμε και μέσω των μαθημάτων αναπτυσσόμαστε, δηλαδή αναβαθμιζόμαστε λειτουργικά, η συχνότητα της δόνησης της ενεργείας μας αυξάνεται, η αντίληψή μας διευρύνεται και τείνουμε προς την ΘΕΩΣΗ – ΑΝΑΛΗΨΗ. Ανάληψη σημαίνει συχνότητα ενεργειακής δόνησης, σημαίνει μετάβαση σε υψηλότερη συχνότητα ενεργειακής δόνησης πιο κοντά σε ΕΚΕΙΝΗ της ΠΗΓΗΣ του θείου ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ. Το θείον ΘΕΛΗΜΑ, είναι η Αγάπη! Κατά την Ανάληψη, το υλικό μας σώμα μετουσιώνεται σε Φώς, δηλαδή κάθε άτομο ύλης, κάθε υποατομικό σωματίδιο μετουσιώνεται σε ένα ΦΩΤΟΝΙΟ!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: Ανάληψη – Ανάσταση είναι η ολοκληρωμένη εσωτερική Ελευθερία των ανθρώπων! Δηλαδή η ολοκληρωμένη ικανότητα μας να μην επηρεαζόμαστε από τίποτα! Δηλαδή από τίποτα να μας μπορεί να μας εκνευρίσει, δηλαδή η φιλοσοφική ΑΤΑΡΑΞΙΑ = η Νιρβάνα δηλαδή η κατάσταση φωτ/φιας Β, η μακαριότητα!

Κατανοούμε μέσω των συναισθημάτων μας και έτσι μετατρέπουμε την ύλη σε Ενέργεια – Νου – Πνεύμα – Ψυχή – Ενοικούσα Διάνοια ή εσωτερικό, αμέτοχο – ανεπηρέαστο Παρατηρητή! Άρα, το ζητούμενο είναι η διαχείριση της ενέργειας,

δηλαδή πως θα την κατανοήσουμε και θα την κάνουμε Νου-Πνεύμα και επίτευξη ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΣ, διότι έτσι θα γίνουμε Κύριοι της λειτουργίας του εγκεφάλου μας, οπότε κάποιος θα ελευθερωθούν, ΓΙΑ ΝΑ ΕΛΕΥΘΕΡΩΣΟΥΝ ΑΛΛΟΥΣ! Σε αυτή τη διαδικασία η Ψυχή είναι ο Νους του νου! Έτσι επιτυγχάνεται τελικά η ΑΝΑΣΤΑΣΗ – ΑΝΑΛΗΨΗ = η ολοκληρωμένη εσωτερική Ελευθερία των ανθρώπων!

**15)** Η κουρτίνα της Σωτηρίας – ακεραιώσης – ολοκληρίας! Δείτε σχετικά περι αυτής στην αρχή του 4<sup>ου</sup> κεφαλαίου.

**16)** Οραματιζόμαστε ότι αφαιρούμε από πάνω μας την πανοπλία μας, δηλαδή το σύνολο των φόβων και των αμυνών μας και τη ρίχνουμε, κομμάτι με κομμάτι, μέσα σε μία μεγάλη φωτιά από ιόχρου ενέργεια, προς μετουσίωση-εξουδετέρωση! Επιπλέον, ζητούμε τη βοήθεια του Αγίου Γερμανού, Δασκάλου της ιόχρου ενέργειας, προς τούτο!

Αν αισθανθείτε δυσφορία και δυσαρέσκεια στις αντίστοιχες περιοχές καθώς αφαιρείτε τα κομμάτια της πανοπλίας διαδοχικά, μην ανησυχήσετε διότι θα πρόκειται για θεραπευτική αντίδραση (μορφή αντίδρασης στη θεραπεία), οπότε να σφίξετε τα δόντια και να συνεχίσετε αυτόν τον δραματισμό, διότι είναι βέβαιο ότι είσθε στον σωστό δρόμο.

**17)** Ο πιο εύκολος, γρήγορος και προσιτός τρόπος να έρχεσθε στο κέντρο σας (στην κατάσταση φωτογραφίας Β μέσα σας), είναι ο εξής: παίρνετε πολλές, βαθιές, χαλαρές, αβίαστες αναπνοές, ενώ παράλληλα (ταυτόχρονα) τινάζετε τα χέρια σας χαλαρά προς τα κάτω, ενώ σκέπτεστε ότι δηλώνετε την πρόθεσή σας να πέσουν και να φύγουν από πάνω σας όλα όσα δεν χρειάζεστε! Με τον ίδιο τρόπο αποκαθίσταται και η ομαλή ροή της ενεργείας σας καθώς και η γείωσή της επίσης!

#### ΕΝΑΣ ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ ΚΑΙ ΦΟΒΟΥ:

Τα συναισθήματα είναι χρήσιμα μόνο για να αντιλαμβάνεσαι τι κρύβεται από κάτω τους και να τα απομυθοποιείς! Χρειάζεται μόνο διαχείριση και μετά απελευθέρωση! Έτσι, αποκαλύπτεις την περιοριστική πεποίθησή σου και τον ΦΟΒΟ σου, για να τα θεραπεύσεις! Έτσι, έρχεσαι στα ίσια σου μέσα από την ελευθερία της διάκρισης! Διάκριση είναι η σταθερά άγρυπνη και ενεργά εποικοδομητική κριτική, των πραγμάτων, Συνείδηση! Όπου Διάκριση, δηλαδή σημαίνει ότι ξέρω τι κάνω και καταλαβαίνω τι σημαίνει αυτό που κάνω, δηλαδή η αμείλικτα άγρυπνη ενεργά εποικοδομητική κριτική των πραγμάτων, Συνείδηση! Άρα, ο φόβος πρέπει να βιώνεται και μόνον αν βιωθεί, τρέπεται πράγματι σε φυγή! Κατά την πορεία αυτήν τίποτα δεν συγκρίνεται με την εμπειρία!

**18)** Οραματίζετε τις ακόλουθες εικόνες:

α) Οραματίζετε ότι η αύρα σας έχει περιοχές με έντονο κόκκινο χρώμα, χρώμα που δηλώνει την παρουσία θυμού και οργής μέσα σας. Εισπνέετε αυτό το κόκκινο χρώμα από την αύρα σας και το μεταφέρετε στην καρδιά σας, όπου μετουσιώνεται σε ροζ χρώμα Αγάπης, το οποίο ακολούθως εκπνέετε. Ταυτόχρονα οραματίζετε ότι γειώνετε, μέσω του 1<sup>ου</sup> τσάκρα σας, θυμό και

οργή με τη μορφή του έντονου κόκκινου χρώματος!

β) Οραματίζεστε ότι εισπνέετε Θεό, με τη μορφή λαμπρού λευκού φωτός, το οποίο μεταφέρετε στην καρδιά σας, όπου μετουσιώνεται σε χρυσό χρώμα. Ακολούθως, εκπνέετε το χρυσό χρώμα! Το χρυσό χρώμα ενεργειακά σημαίνει παρασχεθείσαν υπηρεσίαν.

γ) Δηλώνετε την πρόθεσή σας ότι εισπνέετε Θεό, ο οποίος μεταφέρεται στην καρδιά σας, την οποία ξεπλένει και καθαρίζει. Ακολούθως, εκπνέετε Θεό!

**19)** [SOS] Σε κάθε δυσφορία – στεναχώρια, λέτε επαναληπτικά, φωναχτά ή από μέσα σας:

- αρνητικές σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να με επηρεάζουν σε οποιοδήποτε νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή ασυνειδητό
- χρησιμοποιείτε επίσης, για κάθε αρνητικότητα μέσα σας και γύρω σας, επαναληπτικά, κατά τα γνωστά τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο**

### **ΑΝΤΙΔΟΤΑ ΕΛΛΕΙΨΗΣ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗΣ, ΑΥΤΟΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗΣ, ΑΥΤΟΑΠΟΡΡΙΨΗΣ ΚΑΙ ΑΥΤΟΠΕΡΙΦΡΟΝΗΣΗΣ**

Ταπεινοφροσύνη δεν σημαίνει μαστιγώνω τον εαυτό μου για τα λάθη του, δεν σημαίνει θεωρώ τον εαυτό μου υποδεέστερο από οποιοδήποτε άλλο, αλλά σημαίνει εργάζομαι με μέτρο και τηρώ τις αναλογίες. Όταν ξεφεύγουμε από το μέτρο και τις αναλογίες έχουμε ξεφύγει από την ταπεινότητα!

Slogan: ταπεινότητα – ταπεινοφροσύνη σημαίνει ότι με σεμνότητα αναφέρομαι στην σπουδαιότητα του εαυτού μου, δηλαδή τηρώ το μέτρο και τις αναλογίες! Χωρίς φόβο, αλλά με χαρούμενο πάθος πορεύεστε εν Ειρήνη! Ισότιμοι και χωρίς μίσος, δηλαδή με εσωτερική ισορροπία!

Το θέμα είναι να έχει ο καθένας πίστη και εμπιστοσύνη σε αυτό που ΕΙΝΑΙ, δηλαδή πεποίθηση στη δύναμή του (αυτοπεποίθηση), δηλαδή να είναι Κύριος της λειτουργίας του εγκεφάλου του, μέσω της δύναμης που δίνει η Γνώση, για να μπορεί να παίρνει τη δύναμή του στα χέρια του! Η άγνοια σκοτώνει! Η άγνοια είναι το κακό, το σκοτάδι! Εμπιστοσύνη είναι να νιώθεις ασφαλής με κάποιον ή κάτι! Η Γνώση – Επιστήμη ως ακτίδα φωτός στο σκοτάδι. Η Γνώμη πρέπει να στηρίζεται στη Γνώση! Δεν μπορεί να έχουμε Γνώμη χωρίς να έχουμε Γνώση!

Λοιπόν λέτε:

**1)** «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου και απελευθερώνω την ανάγκη που με έκανε να αισθάνομαι ότι δεν αξίζω! Αξίζω τα καλύτερα στη ζωή και ΤΩΡΑ επιτρέπω με Αγάπη στον εαυτό μου να τα δεχτεί»!

Αυτό το συνειδησιακό εργαλείο ΝΑ ΛΕΓΕΤΑΙ ΦΩΝΑΧΤΑ 30 φορές τουλάχιστον πρωί, μεσημέρι, βράδυ τακτικά και εκτάκτως επί οδυνηρής κατάστασης 30 φορές τουλάχιστον! Το ίδιο ισχύει και για τα επόμενα συνειδησιακά εργαλεία.

Χρησιμοποιείτε επίσης, επαναληπτικά, κατά τα γνωστά τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

**2)** «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου να είμαι ασφαλής όπου κι αν βρίσκομαι, ό,τι κι αν κάνω! Είμαι ασφαλής, διότι είμαι Αγάπη» (σε κατάσταση φωτ/φίας Β).

Αυτό το συνειδησιακό εργαλείο ΕΙΔΙΚΑ θα λέγεται φωναχτά 7 φορές επί 3 φορές την ημέρα (πρωί, μεσημέρι, βράδυ) ή 7 φορές επί 7 φορές την ημέρα, αν το κρίνετε αναγκαίο!

**3)** Έχω δικαίωμα και μπορώ να λέω **ΟΧΙ**, όταν χρειάζεται! Άρα, ΟΧΙ, ΟΧΙ ΟΧΙ και πάλι ΟΧΙ, όταν χρειάζεται! Μου αρέσει και επιμένω σε αυτό! Δηλώνω την πρόθεσή μου προς τούτο!

Παραδείγματα λειτουργικής αξίας του ΟΧΙ:

- Λέω ΟΧΙ και αμέσως διαφοροποιούμαι, δηλαδή θέτω ένα προστατευτικό τοίχο ανάμεσα σε εμένα και τον Άλλον, ακόμα κι αν αυτός είναι η μητέρα μου!

- Λέω ΟΧΙ και αμέσως νιώθω ότι έχω την δική μου αξία!

- Λέω ΟΧΙ, άρα στέκομαι στα πόδια μου, μετράω τις δυνάμεις μου και τις δυνάμεις του Άλλου!

- Λέω ΟΧΙ και αρνούμαι να παραδοθώ στις τυφλές ταυτίσεις – μιμήσεις με τον Άλλο, δηλαδή αρνούμαι να συγχωνευτώ με τον Άλλο! Γίνομαι και είμαι ΑΥΤΟΝΟΜΟΣ, ΑΥΤΟΔΥΝΑΜΟΣ ΚΑΙ ΑΥΤΟΤΕΛΗΣ! Άλλο ενσυναίσθηση κι άλλο ταύτιση! Δείτε και προηγούμενα! Συμπονάμε, αλλά δεν συμπάσχουμε!

- Λέω ΟΧΙ και πληρώνω το τίμημα, δηλαδή γίνομαι ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ, για τον εαυτό μου!

- Λέω ΟΧΙ, αλλά με επίγνωση ότι ΟΧΙ χωρίς αντιπρόταση δεν υφίσταται, δηλαδή λέμε ΟΧΙ, αλλά με αντιπρόταση! Επιχείρημα δεν συνιστά η ΑΡΝΗΣΗ, αλλά η ΣΥΝΘΕΣΗ!

- Τέλος, το ΟΧΙ είναι ζωτικό, σημαντικό, διότι οδηγεί σε προχωρήματα, διότι θεραπεύει και διότι αλλάζει τελματωμένες καταστάσεις!

ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ **ΟΧΙ** ΣΥΓΚΡΟΤΟΥΝ ΤΟ ΝΑΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟΝΟΜΙΑΣ-ΑΥΤΟΔΥΝΑΜΙΑΣ – ΑΥΤΟΤΕΛΕΙΑΣ – ΑΝΕΞΑΡΤΗΣΙΑΣ! Να θυμάστε ότι το πιο ισχυρό πράγμα με το να λέμε ΟΧΙ σε κάποιον είναι ότι λέμε ΝΑΙ στον εαυτό μας! Δηλαδή όταν μπορούμε να διαφυλάξουμε τα όριά μας (κάτι που δεν είναι καθόλου εύκολο), μας δίνεται μεγαλύτερα αίσθηση του εαυτού μας και της λειτουργίας του Εγώ μας!

**4)** Τράβηξε τον δρόμο σου και άσε τον κόσμο να λείει, αρκεί να ξέρεις ότι είσαι σωστός! Δίνουμε σημασία μόνο στις γνώμες αυτών που αποδεδειγμένα είναι σημαντικοί και μας υποστηρίζουν!

(Στήριξη = δεκανίκι, εξάρτηση! Υποστήριξη = ώθηση να προχωρώ με τις δικές μου δυνάμεις!)

**5)** Αναζήτησε και βρες την Αγάπη μέσα σου! Η Αγάπη είναι Ανώτερη Νοημοσύνη, δηλαδή είναι κατανόηση, συμπόνια και έλεος! Γι' αυτό, η απροϋπόθετη και ανοιχτόκαρδη συν-χώρεση είναι η επιλογή του έξυπνου ανθρώπου! Η Αγάπη διαλύει –ξεπλένει τον φόβο, δηλαδή την κατάσταση

φωτογραφίας Α, την αιτία όλων των δεινών! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

Η μόνη χαρά που μένει είναι η χαρά που δίνεις στους άλλους! Έτσι, βοηθώντας τους άλλους, βοηθάς (θεραπεύεις) τον εαυτό σου και την Πνευματική σου ανάπτυξη! Θεραπεία = υπηρεσία = η συμπόνια και το έλεος στην πράξη! Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Το έλεος είναι ευγενής πράξη! Γνωρίστε την ισχύ του ελέους! Στο πλαίσιο αυτό, η μόνη χαρά που μένει είναι η χαρά που δίνεις στους άλλους! Ή σε διαφορετική διατύπωση: αυτό που μοιράζεις, αυτό μένει ΓΙΑ ΣΕΝΑ!

Εκείνος που ακολουθεί της επιλογή της Αγάπης είναι ο όντως κοινωνικός άνθρωπος, επειδή προάγει την κοινωνική συνοχή, την πολιτισμική ανάταση και μπορεί να ΝΟΗΜΑΤΟΔΟΤΕΙ κάθε έκφραση της ζωής! Έτσι, συγκροτούνται οι υγιείς δυνάμεις της κοινωνίας, δηλαδή σε κατάσταση φωτογραφίας Β!

## ΠΩΣ ΝΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΕΙΤΕ ΙΣΟΡΡΟΠΗΜΕΝΗ ΕΥΛΟΓΗ ΑΥΤΟΕΚΤΙΜΗΣΗ – ΑΥΤΟΠΕΠΟΙΘΗΣΗ

**1ος τρόπος:** ΓΙΝΕΤΕ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΙ, δώστε συναισθηματικές και δημιουργικές διεξόδους στον εαυτό σας. Η δημιουργία είναι ένα από τα αντίδοτα του θανάτου! Ο θάνατος σ' αφανίζει, η δημιουργία σ' εμφανίζει.

**α)** Αφήνετε τον εαυτό σας να γράφει αυτό που αναδύεται από τα κύτταρά σας και τον Ανώτερο Θεϊκό Εαυτό σας (το σώμα σας ακούει και μπορεί).

**β)** Αφήνετε την αίσθησή σας να εκδηλώνεται. Αφήνετε το παιδί μέσα σας να ζωγραφίζει εικόνες, όπως όταν είσαστε παιδί.

**γ)** Η δημιουργικότητά σας ολοκληρώνει, γιατί χτυπάει την πόρτα του Θεϊκού Εαυτού και εξασκεί τα μέρη σας που χρειάζονται αφύπνιση.

Γι' αυτό ανάψτε την φλόγα της Δημιουργικότητάς σας!

Η εργασία είναι δημιουργία. Όταν κάποιος δεν εργάζεται αισθάνεται άχρηστος και περιπτώς στην κοινωνία – μήτρα. Αυτή η κατάσταση οδηγεί σε αυτοαπόρριψη και σε κατάθλιψη! Η εργασία είναι πρώτης τάξεως τρόπος υποστήριξης και αύξησης της αυτοεκτίμησης και της αυτοπεποίθησης = αξιοπρέπειας. Η αξιοπρέπεια διαφυλάσσεται μέσα από την εργασία! Η εργασία βοηθάει να αυτό-καθορίζουμε τους όρους της ύπαρξής μας. Η δυνατότητα εργασιακής ένταξης δίνει τη δυνατότητα μιας ζωής με αυτοτέλεια και αξιοπρέπεια! Έτσι, μπορούμε να έχουμε μία ικανοποιητική ζωή μέσω της δημιουργικής απασχόλησής μας! Η αξία της εργασίας είναι πολύ μεγάλη για την ψυχική υγεία! Γι' αυτό, πολλάκις, οι απόμαχοι της εργασίας συνταξιούχοι μαραζώνουν, εμφανίζουν ψυχοσωματικές διαταραχές ή και θλίβονται έως θανάτου π.χ. με έμφραγμα του μυοκαρδίου!

Slogan: έχετε ως ιδανικό την χρήσιμη και ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗ ΣΥΝΕΙΣΦΟΡΑ! Ζούμε αληθινά, όταν ζούμε δημιουργικά! Γεννιόμαστε με έμφυτη δημιουργικότητα,



όμως για να υπάρξει Δημιουργία πρέπει να υπάρχει σύνδεση με τον «άλλο»! τον συνάνθρωπο!

**Συνοπτικά:** η Δημιουργία είναι δύναμη και βάλαμο για την ψυχή! Το σίγουρο είναι ότι μπορείτε να δημιουργήσετε τον εαυτό σας και τη ζωή σας. Αυτοδημιουργούμεθα σε καθημερινή βάση. Ο άνθρωπος δημιουργεί τα γεγονότα. Όλοι μαζί δημιουργούμε την υπαρξιακή μας σφαίρα! Ο άνθρωπος αναπτύσσεται σκαρφαλώνοντας πάνω στους ίδιους του τους ώμους!

Στην περίπτωση της εργασίας η κλιμάκωση είναι η εξής:

**α)** δουλειά – δουλεία (κατάσταση ανάγκης)

**β)** ενεργοποίηση του νου, ώστε να παράγει έργο, δηλαδή εργασία υπέρβασης της ανάγκης

**γ)** κατάκτηση του επαγγέλματος (κατ' αναλογία με τη Γη της επαγγελίας). Μέσω του επαγγέλματος μας μπορούμε να αυτοκαθορίζουμε τους όρους της ύπαρξής μας! Το επάγγελμα που μας αρέσει είναι το ιδανικό!

Τέλος, σας προσθέτω ότι η Δημιουργική φαντασία είναι σύνδεση με το θείο!

ΕΡΓΑΣΙΑ = αυτοπεποίθηση και αυτοεκτίμηση = αξιοπρέπεια! Η αξιοπρέπεια διαφυλάσσεται μέσα από την εργασία! Η εργασία βοηθάει να αυτοκαθορίζουμε τους όρους της ύπαρξής μας! Η δυνατότητα εργασιακής ένταξης δίνει την δυνατότητα μιας ζωής με αυτοτέλεια και με αξιοπρέπεια! Έτσι μπορούμε να έχουμε μία ικανοποιητική ζωή μέσω της δημιουργικής ενασχόλησης! Ο άνθρωπος έχει ανάγκη να αισθάνεται ΑΓΑΠΗΤΟΣ και ΧΡΗΣΙΜΟΣ! Έχει ανάγκη να εργάζεται και να αγαπά! Όπως επίσης και να αγαπιέται!

## **2ος τρόπος: ΝΑ ΒΟΗΘΑΤΕ ΤΟΥΣ ΑΛΛΟΥΣ**

Ιδιαίτερα: 1. Παιδιά  
2. Ηλικιωμένους  
3. Αναξιοπαθούντες ή ανάπηρους

Διαβάστε τους, κρατήστε το χέρι τους, λέγετέ τους ιστορίες, φροντίστε τους, εξυπηρετήστε τους, ρωτήστε – δείξτε ενδιαφέρον για τη ζωή τους, πείτε τους έναν γλυκό ή καλό λόγο! Η παροχή υπηρεσίας στο Σύμπαν, στο ΟΛΟΝ παράγει χαλάρωση και αγαλλίαση, δηλαδή κατάσταση φωτογραφίας Β.

Έτσι, θα νιώσετε εξυψωμένοι και ευλογημένοι, διότι το θείο μέσα σας θα αγγίξει το θείο μέσα τους, έτσι και οι δύο θα πάρετε δύναμη, το σκοτάδι σας θα αρχίσει να μειώνεται και η φωτεινότητά σας θα αυξάνεται! Θα νιώθετε τη χαρά της αυτοεκπλήρωσης! Η μόνη χαρά που μένει είναι η χαρά που δίνεις στον άλλο!

## **3ος τρόπος: ΚΑΝΕΤΕ ΠΡΟΣΩΠΙΚΕΣ ΠΡΟΦΟΡΙΚΕΣ ΘΕΤΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ**

Είναι καιρός να εκδηλώνετε τη χαρά σας, αντί να έχετε αρνητική στάση, δίνετε στον εαυτό σας θετικές δηλώσεις. Το σώμα σας ακούει και μιλάει – λέει: «άκουσες το αφεντικό;» της άρεσε, νομίζει ότι είναι σπουδαία, ας το ξανακάνουμε!

Το ίδιο γίνεται – συμβαίνει και με τις φωτεινές οντότητες γύρω σας, κάνουν ό,τι μπορούν για να εκπληρώσουν αυτό που θέλετε να συνδημιουργήσετε μαζί τους.

Γι' αυτό, εκτός των άλλων, να λέτε δυνατά το όνομά σας: «ΕΙΜΑΙ....(ο/η τάδε).

#### 4ος τρόπος: ΣΥΓΧΩΝΕΥΣΗ

Αρχίστε να δέχεστε τα χαρακτηριστικά του άλλου φύλου μέσα σε ΕΣΑΣ, έτσι ώστε:

- α) Θα κατανοήσετε το άλλο φύλο.
- β) Θα συνυπάρχετε με το άλλο φύλο.
- γ) Θα γίνετε καλύτερος άνθρωπος με πιο ισορροπημένο νου.
- δ) Οι γυναίκες γίνονται πιο δυνατές.
- ε) Οι άνδρες γίνονται πιο ευαίσθητοι.



«Τι υπάρχει στο μυαλό ενός άνδρα;». Περιοχές οι οποίες ενεργοποιούνται την κατάλληλη στιγμή λένε γάλλοι ερσευητές

ΕΙΛ. 8

**στ)** Σταματήστε να βλέπετε ο ένας τον άλλο σαν αντίθετους ή αντίπαλους και δείτε τους εαυτούς σας σαν μία οικογένεια.

Ειδικότερα η θηλυκότητα ως δύναμη ταραίζει τελικά τους άντρες και τις γυναίκες. Η θηλυκότητα είναι το πιο αποκηρυγμένο στοιχείο και αυτό που προκαλεί φόβο και στα δύο φύλα, έγραψε ο Freud. Η θηλυκότητα είναι το στοιχείο εκείνο που καταδιώκεται συνεχώς ανά τους αιώνες, διότι μας θυμίζει ότι κάποτε υπήρξαμε σε στενή σύνδεση με την γυναίκα – μητέρα μας, διόλου παντοδύναμοι και αφημένοι στη νίκη των αισθήσεων έναντι της διανόησης!

**ζ)** Σταματήστε να βλέπετε το άλλο φύλο μέσα σας σαν αδυναμία και αρχίστε να κατανοείτε **πως ο καθένας σας χρειάζεται τη συνείδηση του άλλου.**

Η εξέλιξη προκύπτει και μέσω της παρατήρησης του άλλου και μέσω της αυτοπαρατήρησης!

Ένας άνδρας για να είναι σωστός και ολοκληρωμένος πρέπει να κοινωνεί και να αποδέχεται την θηλυκή του όψη! Δεν μπορεί να υπάρξει κάποιος αρκετά άντρας, αν δεν μπορέσει να βρει μέσα του την θηλυκή του πλευρά!

Μία γυναίκα για να είναι σωστή και ολοκληρωμένη πρέπει να κοινωνεί και αποδέχεται την αρσενική της όψη! Δεν μπορεί να υπάρξει κάποια αρκετά γυναίκα αν δεν μπορέσει να βρει μέσα της την αρσενική της πλευρά!

Αναλυτικότερα, για τον άντρα:

Ο άντρας, τελικά, δεν μπορεί να έχει ικανοποίηση εάν δεν είναι ενεργό το θηλυκό στοιχείο μέσα του! όμως οι άνδρες φοβούνται πάρα πολύ την θηλυκή πλευρά του Εαυτού τους! Όμως, η θηλυκή πλευρά του άντρα είναι πολύ σημαντική για την ερωτική του επιθυμία! Η θηλυκή πλευρά είναι η ικανότητα να αφήνεσαι, να μην ελέγχεις, να παραδίνεσαι σε μία γυναίκα! Τούτο έχει σχέση με την φιλία! Η φιλία είναι πάντα το πιο σημαντικό πράγμα. Αλλά στους άντρες είναι δύσκολη η εγκατάλειψη σε μία γυναίκα, διότι τους ήταν τραυματική ή

ανώριμη η σχέση με την μητέρα τους!

Το Πνεύμα μας είπε σχετικά τα εξής: η θεά Ήρα είναι η Εγώ Ειμί Παρουσία της γυναίκας μέσα στον άντρα, η θηλυκή όψη ου ανδρός, το αρχέτυπον (ιδέα προτύπου) της γυναίκας που κατοικεί μέσα στον άντρα! Η Ήρα αποτελεί τη μεγάλη πρόκληση μέσα στους άντρες, τόσο στους θεούς όσο και στους ανθρώπους: η Ήρα είναι ο φόβος και ο τρόμος των αντρών που αρνούνται να αποδεχτούν την θηλυκή όψη τους, ΔΙΟΤΙ ΤΗΝ ΦΟΒΟΥΝΤΑΙ! Η θηλυκή όψη του ανδρός οφείλει να ενωθεί με την αρσενική, ΓΙΑ ΝΑ ΕΠΕΛΘΕΙ ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ! Άλλως, το άτομο λειτουργεί καταστρεπτικά για τους άλλους και τελικά για τον εαυτό του!

Η θεά Δήμητρα – Γη αποτελεί το θηλυκό αρχέτυπο (ιδέα πρότυπο) εντός της γυναίκας και όχι η θεά Αφροδίτη! Η Δήμητρα λειτουργεί ως τροφός και προστάτης μητέρα!

### **5ος τρόπος: ΔΙΕΚΔΙΚΕΙΣΤΕ ΤΟΝ ΑΓΓΕΛΟ ΜΕΣΑ ΣΑΣ**

Ο Άγγελος είναι ο αληθινός (θεϊκός) Εαυτός σας και είναι έτοιμος να τον διεκδικήσετε, διότι έτσι κατανοείτε ποιος ή ποια πραγματικά είστε. (Υπάρχει ο γήινος εαυτός, δηλαδή το μικρό εγώ μας. Υπάρχει και ο ανώτερος, θεϊκός εαυτός μας, δηλαδή το μεγάλο – ουράνιο ΕΓΩ μας. Το εγώ μας είναι η συναίσθησή μας – Συνείδησή μας του εαυτού ή και του Εαυτού μας). Χρησιμοποιείτε θετικές δηλώσεις για να ενισχύσετε αυτή τη διεκδίκηση. Έτσι, καλέστε τον άγγελο μέσα σας να γίνεται υπεύθυνος για σας, ώστε:

- α)** Θα εξαφανιστεί το δράμα από τη ζωή σας.
- β)** Θα είστε σε θέση να αντιμετωπίζετε οποιαδήποτε κατάσταση.
- γ)** Θα είστε ασφαλείς στην αλήθεια σας, 100%.
- δ)** Κανείς δεν θα μπορεί να σας καλοπώσει–εγκλωβίσει με οποιοδήποτε τρόπο.

### **6ος τρόπος: ΠΡΟΚΑΛΕΣΤΕ ΤΟ ΣΚΟΤΕΙΝΟ ΣΑΣ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΝΑ ΕΜΦΑΝΙΣΤΕΙ**

Προσκαλέστε τη σκοτεινή πλευρά του εαυτού σας, πείτε της που θα συναντηθείτε και τι ώρα και μετά περιμένετε την. Προσκαλέστε έτσι τις πλευρές του εαυτού σας που δεν σας αρέσουν, τις σκοτεινές πλευρές που θα θέλατε να ξεκαθαρίσετε ή να νικήσετε. Αυτές οι σκοτεινές πλευρές που φοβάστε δεν θα εμφανιστούν, διότι ΦΟΒΟΥΝΤΑΙ το φωτεινό μέρος σας, η αρνητική σκοτεινή σας ενέργεια φοβάται τη θεϊκή σας πρόθεση, διότι η πρόθεση για ισορροπία νικάει πάντα τη σκοτεινή πλευρά του ανθρώπου! Έτσι, σε λίγο θα γελάτε και θα τραγουδάτε ΑΦΟΒΟΙ, διότι έτσι ενδυναμώνετε τον εαυτό σας!

Στο πλαίσιο αυτό μπορείτε να χρησιμοποιείτε, επαναληπτικά, κατά τα γνωστά

τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

**7ος τρόπος: ΝΑ ΑΣΚΕΙΣΤΕ ΚΑΙ ΜΕΤΑ ΝΑ ΔΙΑΛΟΓΙΖΕΣΤΕ**

**α)** Εξισορροπείτε τον εαυτό σας με σωματική άσκηση, δηλαδή με βάδισμα, γυμναστική ή τζόκινγκ! Το τζόκινγκ είναι αντίδοτο της κατάθλιψης, διότι κατ' αυτό παράγονται άφθονες ενδορφίνες! Επίσης και σεροτονίνη!

**β)** Διαλογιστείτε τακτικά και συστηματικά.  
Κατά την προσευχή, ο άνθρωπος μιλάει στο Θεό.  
Κατά το διαλογισμό, ο θεός μιλάει στον άνθρωπο.

Δηλώνετε την πρόθεσή σας και αφήνεστε χαλαροί προς τούτο, στην επίδραση του Πνεύματος με απλότητα και ενότητα με το ΟΛΟΝ. Αφήνετε τη διαίσθησή σας να εκδηλώνεται με οραματισμό. Δείτε ότι η καρδιά σας ανοίγει σαν 100φυλλο τριαντάφυλλο και γεμίζει όλο το πλάτος του θώρακά σας ή όλο το πλάτος της αύρας σας. Το άδυτο της καρδιάς σας είναι η δημιουργική σας όψη, η καρδιά σας είναι η ρίζα των πάντων! Δηλώνετε την πρόθεσή σας να ανοίξει η καρδιά σας με αυτό τον τρόπο, αυτή είναι η λύση της σωτηρίας.

Χρησιμοποιείτε τακτικά και συστηματικά τη δήλωση πρόθεσής σας – θέλησής σας, ως το προς τι θέλετε (και **όχι** τι δεν θέλετε).

Λέτε τακτικά την εξής Θετική Δήλωση:

«Με εκτιμώ τόσο, που βγάζω – απομακρύνω από τον δρόμο μου, κάθε ακατάλληλη ενέργεια για μένα! Ο τρόπος για να το κάνω είναι η απλότητα, η ταπεινότητα και η γλυκύτητα! Και έτσι, παραμένω στην αγνότητα!»

Η Αγνότητα είναι η Αλήθεια της ύπαρξης, δηλαδή η κατάσταση φωτογραφίας Β! Ευθύνη χωρίς ενοχή είναι η αγνότης! Χρησιμοποιείτε τακτικά τη διαδικασία της συν-χώρεσης. Με όλα τα παραπάνω θα αλλάξει η ζωή σας προς το καλύτερο! ΚΑΛΗ ΣΑΣ ΕΠΙΤΥΧΙΑ!

**6)** «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν, με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, ότι τίποτα δεν είναι δυνατότερο από εμένα! Τίποτα δεν με νικάει, αν δεν το επιτρέψω εγώ»!

Η Πνευματική μου στάση είναι η εξής:

Είναι αυτό που είναι ενώπιον μου, το αποδέχομαι και ασκώ τη δύναμή μου! Είμαι πολύ δυνατός/ή και μπορώ να διαχειριστώ τα πάντα!

Η Δύναμή μου είναι: Αγάπη και εμπιστοσύνη (πίστη)! Αλλάζω τον τρόπο της σκέψης μου προς το καλύτερο και όλα θα πάνε καλύτερα! Έχω την ελευθερία της στάσης, όπου περιλαμβάνεται και η απάρνηση της Λογικής της ανταπόδοσης με κάθε τρόπο! Ανταπόδοση σημαίνει μίσος! Το μίσος είναι έλλειψη Αγάπης προς τον εαυτό – Εαυτό σας! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

**7)** «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν, με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, ότι εγκαταλείπω όσα πράγματα με ενοχλούν! Τους αρνούμαι τη δύναμή τους στο νου και στο σώμα μου! Τους λέγω να μείνουν πίσω μου πλέον! Τα αγκαλιάζω, τα αγαπώ, τα αποχαιρετώ οριστικά»!

Αλλάζω τον τρόπο της σκέψης μου προς το καλύτερο και όλα θα πάνε καλύτερα! Η μετάνοια αλλάζει την ενέργεια προς το καλύτερο!

Χρησιμοποιείτε επίσης, επαναληπτικά, για τους ίδιους λόγους, κατά τα γνωστά τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

**8)** Όταν χαλάει η διάθεσή σας και πέφτει η ενέργειά σας, δηλαδή όταν κατεβαίνει η συχνότητα των κραδασμών της ενέργειάς σας, τότε να χρησιμοποιείτε το εξής αντίδοτο, το οποίο μας έδωσε η θεά της Αλήθειας και της Σοφίας Αθηνά! Λέτε λοιπόν:

«Είναι ψευδαισθηση, είναι ψευδαισθηση, είναι ψευδαισθηση! Επικαλούμαι την εκδήλωση της Μίας Αλήθειας»!

**9)** «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν, με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, ότι αφήνω πίσω μου με Αγάπη το σκοτάδι μου οριστικά και κινούμαι σταθερά και αποφασιστικά προς τα εμπρός κι επάνω, δηλαδή προς το Φως»!

**10)** «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν, με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, ότι δεν κρατώ τίποτα και κανέναν! Αφήνω τους πάντες και τα πάντα να φύγουν! Αφήνω να φύγουν από εμένα όλες οι ενέργειες που δεν χρειάζομαι! Μένω στο κέντρο μου και στη Δύναμή μου! ΕΓΩ ΕΙΜΑΙ ΕΔΩ», δεν μου χρωστάει κανένας τίποτα!

**11)** «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν, με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, να είμαι στο κέντρο μου (στην ΕΓΩ ΕΙΜΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑ μου), οπότε παύει κάθε ενοχικότητά μου! Τούτο, διότι είμαι πλέον Αγάπη – Αγνότητα συνειδητή! (κατάσταση φωτογραφίας Β)!

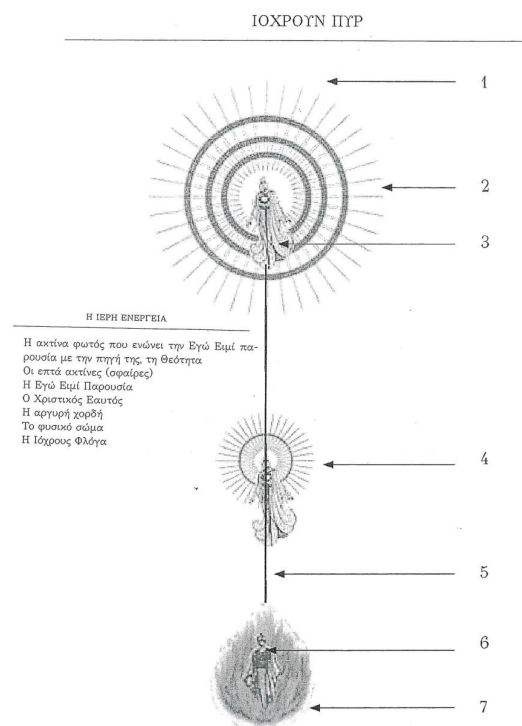
Μπαίνω στο κέντρο μου σημαίνει ότι κάθομαι στο θρόνο της καρδιάς μου, είμαι η ΕΓΩ ΕΙΜΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑ μου (δείτε σχετική εικόνα του ενεργειακού συστήματος άνθρωπος) και απολαμβάνω ευδαιμονικά την θάλασσα της ομορφιάς και της Αγάπης, (η Αγάπη είναι φως!), την οποία εκδηλώνω και απλώνω γύρω μου! Για άμεση βοήθεια, ώστε να έρθουμε στο κέντρο μας, ζητάμε τούτο από τον Ιησού Χριστό και από τον προφήτη Ηλία!

ΕΙΚΟΝΕΣ ΤΟΥ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟΥ ΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ



**12)**

Έχετε



θρηνήσει αρκετά τις απώλειές σας, όποιες κι αν ήταν αυτές; Που πήγε αυτός ο πόνος; Μήπως παραμένει χωρίς επεξεργασία, δηλαδή χωρίς συνειδητή, Λογική διαχείριση μέσα σας; Χωρίς έκφραση; Χωρίς εξωτερικευση;

Επίσης μιλάτε για τον πόνο σας, εκδηλώνετε τον πόνο σας, εξωτερικεύετε τον πόνο σας, ιδίως σε ανθρώπους με κατανόηση! Αν αυτό είναι αντικειμενικά αδύνατον, τότε πείτε τον πόνο σας στον Εαυτό σας στον καθρέπτη σας. Γράψετε επίσης τον πόνο σας σε χαρτί! (Δέστε προηγουμένως στο ζ) του 5, στο 4<sup>ο</sup> κεφάλαιο του 1<sup>ου</sup> μέρους). Κατόπιν κάψετε το χαρτί!

Το πιο δύσκολο πράγμα είναι να μπορέσει κάποιος να πενθήσει. Να ζήσει το πένθος του! αυτό εξαρτάται από το εάν μπόρεσε να ζήσει τα πρώτα, πρώιμα πένθη του, όπως: το πένθος του απογαλακτισμού, του μαστού, του αποχωρισμού από τους γονείς κλπ. Ο θρήνος είναι πάντα κομμάτι της διαδικασίας πένθους! Ο θρήνος είναι ένα κάλεσμα συμμετοχής στο πένθος, στον αβάσταχτο πόνο της απώλειας! Γιατί το πένθος δεν αποτελεί ένα στενά ατομικό ή έστω οικογενειακό ζήτημα. Είναι μία εμπειρία όπου ο πενθών πρέπει να την μοιραστεί με ολόκληρο το κοινωνικό σώμα!

Slogan: το πένθος είναι ο αγώνας να μεταβολίσουμε την απώλεια!

Τέλος, γράψετε τον πόνο σας για να ανακουφίζεστε! Έτσι εξημερώνεται ο πόνος. Δια μέσω του πόνου έρχεται η ανακαίνιση, δηλαδή πρόκειται για σταυροαναστάσιμη κατάσταση! Ο πόνος είναι οδηγός και δάσκαλος! Το ιδανικό είναι να είμαστε «μαθημένοι στα δύσκολα», δηλαδή ανθεκτικοί!

Οδηγία: συμπονάμε, ΑΛΛΑ ΔΕΝ ΣΥΜΠΑΣΧΟΥΜΕ

Για τους λόγους αυτούς, λέτε κατά τα γνωστά τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

Προσοχή! διότι ο νόμος της έλξης των ομοίων λέγει ότι το όμοιο προσελκύει το όμοιο! Έτσι, οι διαφορετικές δονητικές ποιότητες της κατάστασης φωτ/φίας Α μέσα μας προσελκύουν τα αναλόγως, ομοίως δονούμενα μικρόβια έξω από εμάς, ώστε να προκαλούνται τα διάφορα είδη μικροβιακών νόσων! Το ίδιο συμβαίνει και με τα οδικά, τροχαία ατυχήματα που συμβαίνουν, δηλαδή οι δικές μας χαμηλής συχνότητας δονήσεις προσελκύουν τις όμοιες δονήσεις του συμμετοχού στο ατύχημα!

Στη ζωή και στο σύμπαν υπάρχουν πολλά περισσότερα από όσα βλέπει το μάτι ή τα επιστημονικά όργανα! Αυτός είναι ο κόσμος των αοράτων και των υλικά ασώματων που βρίσκεται πίσω από τον κόσμο των ορατών φαινομένων. Η σχέση μας με την αόρατη και εσωτερική πλευρά της ζωής. Μεταφυσικό σημαίνει να ξεπερνάς το φυσικό μέχρι την Πνευματική αιτία που βρίσκεται πίσω από αυτό! Η συμβατική επιστήμη αποκλείει ολόκληρους τομείς έρευνας που περιλαμβάνονται στα Πνευματικά – εσωτερικά πεδία! Ο μεγαλύτερος εχθρός της Γνώσης δεν είναι η άγνοια, αλλά είναι η ψευδαισθηση της Γνώσης!

Οι άνθρωποι των φυσικών επιστημών έχουν αναλάβει τον ρόλο των παλαιών ιερέων, όσον αφορά το ότι η σοφία προέρχεται από εκεί! Όμως, η σοφία που προέρχεται από εκεί δεν είναι πάντοτε σοφή!

Η αξιωματική θέσμιση πολλών μαθηματικών και επιστημονικών εννοιών-ιδεών είναι ομοιόθετη με την αξιωματική θέσμιση της θρησκευτικής πίστης! Μας χρειάζεται συγκερασμός των φυσικών επιστημών με τη μεταφυσική επιστήμη! Αλλιώς, είμαστε επιστήμονες αλλά όχι αρκετά! Μεταφυσικό σημαίνει να ξεπερνάς το φυσικό μέχρι την Πνευματική αιτία που βρίσκεται πίσω από αυτό!

Είναι η σχέση μας με την αόρατη και εσωτερική πλευρά της ζωής! Όπου, τόσο το καλό όσο και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε. Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι. Όλα περιλαμβάνονται στο σχέδιο που αποφάσισε η ψυχή μας, πριν ενσαρκωθούμε, για να λάβει τα μαθήματα! Μέσω των αλλαγών μαθαίνουμε και μέσω των μαθημάτων αναπτυσσόμαστε! Έτσι, τα λάθη είναι ο οδηγός της ζωής μας. Καλλιεργείτε μέσα σας την ευγενή φιλοδοξία της αυτοβελτίωσης! Ο άνθρωπος αναπτύσσεται σκαρφαλώνοντας πάνω στους ίδιους του ώμους! Γίνεται «μαθημένος στα δύσκολα», δηλαδή ανθεκτικός! Μας χρειάζεται όλο και βαθύτερη κατανόηση της φύσης, καθώς και των νόμων που την διέπουν! Η ενέργεια που είναι Συνείδηση, δηλαδή το Πνεύμα περιλαμβάνεται σε αυτήν! Ο κοινός παρονομαστής των πάντων στο σύμπαν είναι η ενέργεια!

Γι' αυτό λοιπόν, πηγαίνετε βαθιά και συναντήστε τον πόνο σας! ΔΥΟ σχετικά, τρόποι είναι οι εξής:

**α)** κατά την ανασκόπηση της ζωής σας (δείτε παρακάτω σχετικά)

**β)** κατά τον οραματισμό-συνομιλία με το εσωτερικό σας παιδί!

Αφήστε τον εαυτό σας να ΑΙΣΘΑΝΘΕΙ, αποφασισμένοι ότι μπορείτε πραγματικά να διαχειριστείτε συνειδητά και Λογικά αυτό που ΝΙΩΘΕΤΕ, διότι δεν έχετε πραγματικό λόγο να φοβάστε! Αυτό που σας ενοχλεί ΕΙΝΑΙ ΜΟΝΟ ΑΝΑΜΝΗΣΗ! Διαχωρίστε το εδώ και τώρα από το εκεί και τότε, όταν εγκαταστάθηκε ο πόνος μέσα σας!

Ακολουθώντας, αποταυτίζεστε από τους γονείς σας λέγοντας: άλλο εγώ, άλλο εσείς! Άλλα τα τότε και άλλα τα τώρα! ΤΩΡΑ έχω την ικανότητα συνειδητής, Λογικής διαχείρισης του προβλήματος, την οποία δεν είχα τότε! Άρα, είναι μία κατάσταση φόβου θανάτου και αγωνίας που έχει λήξει! Άρα είμαι ελεύθερος απ' αυτήν! Άρα μπορώ, αποφασίζω, επιθυμώ, θέλω, προγραμματίζω, διατάζω και κάνω ικανό τον εαυτό μου να ζει από εδώ και πέρα ανεξάρτητα από την κατάσταση που με βασανίζει, χωρίς να επηρεάζεται πλέον από αυτήν, πάντοτε με νου απόλυτα υγιή και σώμα απόλυτα υγιές, στηριγμένος/η αποκλειστικά στις δικές μου δυνάμεις!

**13)** Έτσι, για να περάσετε από την κατάσταση φωτ/φίας Α στην κατάσταση φωτογραφίας Β, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε αυτό που ονόμασα **ΚΟΣΜΙΚΟ ΔΙΑΠΑΣΩΝ!** Πρόκειται για Κοσμικές ηχητικές συχνότητες που ενεργοποιούν τα κατάλληλα κύτταρα στον ανθρώπινο εγκέφαλο και τον συντονίζουν στην κατάσταση φωτογραφίας Β! Ο ήχος του κοσμικού διαπασών είναι εξαιρετικό ηρεμιστικό! Μπορεί να κατεβάζει ακόμη και την παθολογική υδροστατική πίεση του αίματος! Επίσης, το κοσμικό διαπασών είναι πρώτης τάξης υπνωτικό! Τούτο, διότι προκαλεί ηδονική ψυχική χαλάρωση και αίσθημα ασφάλειας (ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Β)! για όλους αυτούς τους λόγους το κοσμικό διαπασών είναι κατάλληλο και χρήσιμο για να ησυχάζουν ανήσυχα μωρά και μικρά παιδιά! Φυσικά δεν θα το λένε εκείνα, απλώς θα ακούνε εσάς να τους το εκφωνείτε και να ησυχάζουν ή να κοιμούνται! Όταν τα παιδιά μεγαλώσουν κάπως, μπορούν να το εκφωνούν και τα ίδια, για να αισθάνονται καλύτερα! Να τους το παρουσιάσετε ως ευχάριστο παιχνίδι!

Το κοσμικό διαπασών και η διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε – εμείς είμαι) μπορούν να φέρουν, όταν συνδυάζονται, έξοχα

αποτελέσματα στο πεδίο της ανάγκης για ύπνο! Επίσης, όταν επαναλαμβάνετε 9 φορές το «Πάτερ ημών...».

Ένα τρίτο συνειδησιακό εργαλείο ως υπνωτικό, είναι το εξής, όπως ήδη σας έχω πει. Λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Ανατρέψτε.....πολλές επαναλήψεις

Είναι το αντίδοτο της μνησικακίας, άρα, χαλαρωτικός παράγων!

Μνησικακία = μίσος! Το μίσος είναι έλλειψη Αγάπης προς τον εαυτό – Εαυτό σας! Τούτο μπορεί να αντιδοτείται όταν λέτε επαναληπτικά τα εξής:

Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι εαυτέ μου σ' αγαπώ, σε εκτιμώ, σε σέβομαι, σε αποδέχομαι, σε επαινώ και σε ευλογώ όπως είσαι! Σου αξίζει κάθε δόξα, τιμή και προσκύνηση! Εαυτέ μου αδυνατώ να ζήσω χωρίς εσένα, ψυχή μου σε αγαπώ, ψυχή μου σε αγαπώ, ψυχή μου σε αγαπώ!

Ο ΜΝΗΣΙΚΑΚΟΣ ΑΝΘΡΩΠΟΣ με το συναίσθημα της αδιέξοδης φιλεκδικίας, ΩΡΑΙΟΠΟΙΕΙ ΤΗΝ ΑΥΤΟ-ΑΠΕΧΘΕΙΑ ΤΟΥ!

Ένα τέταρτο συνειδησιακό εργαλείο ως υπνωτικό, είναι το εξής, όπως ήδη σας έχω πει. Λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Εκτός.....πολλές επαναλήψεις

Είναι το ειδικό ενεργειακό αντίδοτο της αϋπνίας!

Αν όλα αποτύχουν στην προσπάθειά σας να κοιμηθείτε, τόσο χρησιμοποιείτε την μέθοδο της αντίστροφης ψυχολογίας, δηλαδή αρχίζετε να λέτε επαναληπτικά, πολλές φορές: «δεν θα κοιμηθώ, δεν θα κοιμηθώ, δεν θα κοιμηθώ...» και μπορεί να διαπιστώσετε ότι τελικά θα κοιμηθείτε με αυτόν τον τρόπο!

Μην ξεχνάτε να δοκιμάσετε και την εξής SOS μέθοδο, χρήσιμη για ΟΛΑ ΤΑ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ:

Οραματιζόμαστε ότι ο Ήλιος είναι εγκατεστημένος στο 4<sup>ο</sup> chakra , της καρδιάς μας και στο πάνω του μέρος υπάρχει το χριστόγραμμα (ΧΡ). Οραματιζόμαστε ταυτόχρονα ότι ο Ήλιος είναι εγκατεστημένος στο 3<sup>ο</sup> chakra μας πάνω από τον αφαλό στο ηλιακό μας πλέγμα και στο πάνω του μέρος υπάρχει το χριστόγραμμα (ΧΡ). Τοποθετούμε τη δεξιά παλάμη μας στο 3<sup>ο</sup> chakra μας. Τοποθετούμε ταυτόχρονα την αριστερή παλάμη μας στο 4<sup>ο</sup> chakra μας. Ακολουθώντας, επαναλαμβάνουμε 9 φορές το Πάτερ ημών!

Λοιπόν, για να λειτουργήσετε το κοσμικό διαπασών εκφωνείτε – λέτε φωναχτά και επαναληπτικά:

**α)** ΩΩΩΩΜΜΜΜ.....ΩΩΩΩΜΜΜΜ.....ΩΩΩΩΜΜΜΜ.....κοκ  
Ο ήχος αυτός είναι ο ήχος του ονόματος του Θεού και αναλύεται στους εξής επιμέρους ήχους: Η έμφαση στον ήχο Ω προσλαμβάνει ενέργεια από το σύμπαν! Η έμφαση στον ήχο Μ προσφέρει – αποδίδει ενέργεια! Για ισορροπία οι ήχοι Ω και Μ ισοδυναμούν! Διάρκεια άσκησης: 2' - 3'.

Παράδειγμα εφαρμογής του: μία θεραπευόμενη μου, όταν εφάρμοσε στον εαυτό της αυτό τον ήχο, σχολίασε: «είναι σαν να κάνει γυμναστική στο μυαλό μου, μέσα στο κεφάλι μου»! Επίσης, σε υπερτασική κρίση, το



κοσμικό διαπασών κατέβασε άμεσα την πίεση του αίματος!

Ο ήχος ΩΩΩΜΜΜ αναλύεται στους εξής επιμέρους ήχους τους οποίους εκφωνείτε φωναχτά, επαναληπτικά:

**β)** ΑΑΑΑ – ΟΥ ΟΥ ΟΥ ΟΥ – ΜΜΜΜ..... ΑΑΑΑ – ΟΥΟΥΟΥΟΥΟΥ – ΜΜΜΜ.....κοκ. Διάρκεια άσκησης: 2’- 3’.

**γ)** Εκφωνείτε φωναχτά, επαναληπτικά:

ΤΑΤ.....ΤΑΤ.....ΤΑΤ.....ΤΑΤ..... κοκ. Διάρκεια άσκησης: 2’- 3’.

**δ)** Εκφωνείτε φωναχτά, επαναληπτικά:

ΣΑΤ.....ΣΑΤ.....ΣΑΤ.....ΣΑΤ..... κοκ. Διάρκεια άσκησης: 2’- 3’.

**ε)** Εκφωνείτε – λέγετε φωναχτά, επαναληπτικά:

ΣΟ-ΧΑΜ.....ΣΟ-ΧΑΜ.....ΣΟ-ΧΑΜ..... κοκ. Διάρκεια άσκησης: 2’- 3’.

**στ)** Εκφωνείτε – λέγετε φωναχτά, επαναληπτικά:

ΣΑΪ-ΡΑΜ.....ΣΑΪ-ΡΑΜ.....ΣΑΪ-ΡΑΜ..... κοκ. Διάρκεια άσκησης: 2’- 3’.

**ζ)** Εκφωνείτε τον ακόλουθο ήχο:

ΜΜΜΜ... (εισπνοή)...ΜΜΜΜ... (εισπνοή)...ΜΜΜΜ... (εισπνοή).....ΚΟΚ.

Διάρκεια άσκησης: 2’- 3’.

**η)** Εκφωνείτε τον ακόλουθο ήχο:

ΝΝΝΝ... (εισπνοή)...ΝΝΝΝ... (εισπνοή)...ΝΝΝΝ... (εισπνοή).....ΚΟΚ.

Διάρκεια άσκησης: 2’- 3’.

**θ)** Μπορείτε όλους τους ήχους του **ΚΟΣΜΙΚΟΥ ΔΙΑΠΑΣΩΝ** που σας προανέφερα να τους προφέρετε, τον καθένα ξεχωριστά, ΜΕ ΚΛΕΙΣΤΑ ΑΥΤΙΑ, για ισχυρότερο βίωμα ΔΟΝΗΣΗΣ!

Λάβετε υπόψη ότι κατά την αρχή της εφαρμογής του κοσμικού διαπασών, μπορεί να σας προκύψει ψυχική ένταση ή χασμουρητό ή άλλα ενοχλήματα! Θα πρόκειται για θεραπευτική αντίδραση, γι' αυτό να επιμείνετε απτόητοι μέχρι να προκύψει και η χαλάρωση – ανακούφιση!

**14)** Μπορείτε να λέτε επαναληπτικά, όσο πιο πολύ μπορείτε τα εξής:

«Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, να θεραπευτούν όλα τα μέρη του εαυτού μου που με κάνουν δυστυχισμένο/η»!

«Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν και με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου και καταργώ όλα όσα με οδηγούν να αρνούμαι τον εαυτό μου και την αξία μου»!

«Αποδεικνύω στον εαυτό μου ότι μπορώ να τον αγαπάω και ότι μπορώ να συνχωρώ όλα όσα δεν του αρέσουν, γιατί όλα αυτά είμαι εγώ! Δεν αντιστέκομαι στο προχώρημά μου (στην εξέλιξή μου)! Αποδέχομαι και αγαπώ όλα τα μέρη μου και προοδεύω»!

Η παραπάνω θετική δήλωση είναι πάρα πολύ δυνατή και ωφέλιμη για εσάς! Γι' αυτό, χρησιμοποιείτε αυτήν πολύ και κατά προτεραιότητα! Επίσης, μπορείτε να

την δίνετε να την χρησιμοποιούν και τα παιδιά σας, από την ηλικία όπου καταλαβαίνουν τι λέει και με τη βοήθειά σας! ΤΟ ΙΔΑΝΙΚΟ είναι να γίνεται αυτή η θετική δήλωση και από τα παιδιά, αλλά και από τους γονείς τους, μαζί σε συνδυασμό, ταυτόχρονα!

Τέλος, αυτή η θετική δήλωση είναι ένα από τα δύο συμπληρώματα της διαδικασίας της συν-χώρεσης!

Χρησιμοποιείτε επίσης, για τους λόγους αυτούς, επαναληπτικά κατά τα γνωστά, τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

**15)** Τώρα, θα διαχειριστούμε την αντίθετη έννοια!

**ΑΝΤΙΔΟΤΟ ΣΕ ΥΠΕΡΟΠΤΙΚΟ-ΑΛΑΖΟΝΙΚΟ ΕΓΩ.**

Το γήινο εγώ είναι ο γήινος ψυχικός οργανισμός, η συναίσθηση – συνείδηση του εαυτού, δηλαδή η προσωπικότητα – ο χαρακτήρας! Οραματίζεστε ότι αγκαλιάζετε το υπεροπτικό σας εγώ με τρυφερότητα, στοργή και Αγάπη και του λέτε γλυκά ότι «δεν χρειάζεται πλέον να λειτουργείς έτσι!» Ο οραματισμός να γίνεται μέσα σε ενέργεια Αγάπης, χρώματος ροζ με χρυσές κηλίδες-προσμίξεις! Αναζητείστε και βρείτε ένα χρήσιμο και ικανοποιητικό για εσάς ρόλο στη ζωή σας! Τέλος, αγωνίζεστε για να πραγματώνετε την ταπεινοφροσύνη! Η ταπεινοφροσύνη ορίζεται ως εξής: με σεμνότητα αναφέρομαι στη σπουδαιότητα του Εαυτού μου, δηλαδή τηρώ το μέτρο και τις αναλογίες! Ελευθερία χωρίς ταπεινοφροσύνη δεν μπορεί να υπάρξει! Η ταπεινοφροσύνη δέχεται εξ' ολοκλήρου την Αγάπη και μαζί με Αυτήν δημιουργούν την αγνή, απόφια ΕΥΤΥΧΙΑ (κατάσταση φωτογραφίας Β)!

Όσον αφορά την ανοησία της αλαζονείας, δείτε τα παρακάτω:

Το αντίθετο της ταπεινοφροσύνης είναι η έπαρση, η αλαζονεία, η υπεροψία, η υπερηφάνεια, η αυτό-υπερεκτίμηση, δηλαδή το φούσκωμα του μικρού γήινου «εγώ», λόγω συμπλέγματος κατωτερότητας!

Οι άνθρωποι συχνά επαίρονται, έχουν φιλοδοξίες. Οι φιλοδοξίες δείχνουν την ανάγκη της ψυχής να προσαρμόσει τα θέλω της και τα πρέπει της σε ένα συγκεκριμένο πλαίσιο. Και μέσα σε αυτό το πλαίσιο να διαπρέψει! Υπάρχει ανάγκη προβολής. Αυτή η ανάγκη έρχεται συνήθως σαν αντίδραση, σαν αποτέλεσμα κάποιων καρμικών καταλοίπων άλλων ενσαρκώσεων ή έρχεται σαν αντίδραση σε πρώιμες εμπειρίες της ίδιας ενσάρκωσης. Όλα αυτά έχουν σαν αποτέλεσμα η φιλοδοξία να κατευθύνει το άτομο σε υπερβολικές δράσεις. Δράσεις χωρίς αίσθηση του μέτρου και της αναλογίας! Ο άνθρωπος που ακολουθεί έτσι τις φιλοδοξίες του γίνεται έρμαιό τους (μεγαλομανής) και αδυνατεί να μεταφράσει τα πραγματικά αισθήματα του εαυτού του! Αδυνατεί να κατανοήσει καλώς τις τάσεις του! Έτσι, άγεται και φέρεται από τα πάθη του! ΠΡΟΣΟΧΗ λοιπόν, ώστε να μην απλώσουμε τα πόδια μας έξω από το πάπλωμά μας!

Slogan: όχι ΑΠΡΑΞΙΑ, όχι ΜΕΓΑΛΟΜΑΝΙΑ- ΠΟΛΥΠΡΑΓΜΟΣΥΝΗ.

Σχόλιο: αποδεχτείτε την ευθύνη που σας αναλογεί. Τούτο δεν είναι ύβρις – έπαρση. Είναι σημαντικό και απαραίτητο να αποδέχεστε την ευθύνη όποτε θα σας δοθεί και η ανάλογη ενέργεια – δύναμη. Μην απορρίπτετε την ευθύνη που σας αναλογεί από υπερβολική μετριοφροσύνη! Όχι απραξία, όχι μεγαλομανία! Τότε μόνον θα φτάσετε στον στόχο! Τον στόχο ο οποίος είναι ο εξής: ΝΑΙ, ΜΟΝΟΝ ΕΓΩ ΘΑ ΣΩΣΩ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ! Όπως το είπε και ο οικουμενικός Νίκος Καζαντζάκης, ο οποίος υπήρξε μετενσάρκωση του προφήτη Ηλία! Έτσι θα έχετε

την επίγνωση ότι είστε ίσοι μεταξύ ίσων! Όλες αυτές οι πληροφορίες εδόθησαν από το Πνεύμα, κατά την διάρκεια ανώτερης πνευματικής επικοινωνίας (διαυλισμού – channeling) μαζί του στις 14.03.2020. Σας προσθέτω ότι το κόστος της έπαρσης είναι η απώλεια της γείωσης! Επίσης, έπαρση – αλαζονεία είναι ο προθάλαμος της συμφοράς, διότι η αλαζονεία υπερισχύει της σύνεσης! Τέλος, η Ελληνορθοδοξία θεωρεί ότι η ντροπαλοσύνη – δειλία είναι μορφή αλαζονείας – υπερηφάνειας!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο

Τώρα, θα σας δώσω ένα εξαιρετο συνειδησιακό εργαλείο ΑΥΤΟΕΞΥΓΙΑΝΣΗΣ! Αυτό το συνειδησιακό εργαλείο είναι η ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΑΥΤΟΨΥΧΑΝΑΛΥΣΗ, κάθε βράδυ πριν από τον ύπνο!

Αυτή περιλαμβάνει τα εξής 2 μέρη:

### **α) ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΗΜΕΡΑΣ ΣΑΣ**

- Πως εξηγείτε τις εμπειρίες σας κατά τη διάρκεια της ημέρας σας;
- Είσαστε σε όλες ο εαυτός σας;
- Πως λειτουργήσατε κατ' αυτές;
- Ανασκοπήστε τι είπατε και τι κάνατε κατά τη διάρκεια της ημέρας σας! ΑΝΑΖΗΤΗΣΤΕ ΚΑΙ ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ ΤΑ ΚΙΝΗΤΡΑ ΤΩΝ ΛΟΓΩΝ ΣΑΣ ΚΑΙ ΤΩΝ ΠΡΑΞΕΩΝ ΣΑΣ κατά την ανασκόπηση της ημέρας σας!  
Κάνετε αποτίμηση της ημέρας σας ως εξής: Υπήρξα χρήσιμος; Κατάφερα όσα προγραμμάτισα; Απολαμβάνω όσα κάνω;  
Και τώρα τι θα κάνω; Τι πρόκειται να κάνω; Τι πρέπει να κάνω στην κατάσταση που βρίσκομαι; Πως να προχωρήσω;
- Κάνετε συνειδητή, Λογική διαχείριση και επεξεργασία όσων συνέβησαν! Η Συνειδητή, Λογική διαχείριση περιλαμβάνει τα εξής τρία (3) στάδια:
  - ✓ Το στάδιο της αναγνώρισης του προβλήματος, της αντιξοότητας
  - ✓ Το στάδιο της αποδοχής (πρβλε νόμο της αποδοχής)
  - ✓ Το στάδιο της διαδικασίας της συγχώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης – εξισορρόπησης κάθε πρόκλησης – αντιξοότητας
- Ανάλογα με όσα κατανοήσετε, αποφασίστε και οδηγήστε ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ τον εαυτό σας, σύμφωνα με τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής σας και της υγείας σας!  
**Έτσι, αντλείτε δύναμη από τον εαυτό – Εαυτό σας, μέσα από την εξής στάση: τι κάναμε σήμερα, πώς και γιατί το κάναμε και πώς μπορούμε να το κάνουμε καλύτερα!**
- Αυτή είναι η αξία της οδηγού Συνειδητής σας, του νου σας αυτοκράτορα, μέσω της θεραπευτικής συνειδητοποίησης! Έτσι, αλλάζει προς το καλύτερο η κατάσταση του πνεύματός σας και η κατάσταση της ύπαρξής σας! Το ανθρώπινο πνεύμα είναι η ποιότητα του συναισθήματος και η Λογική που αυτό γεννά!

- Τέλος, κάθε βράδυ πριν κοιμηθείτε, δηλώνετε την πρόθεσή σας να παραδώσετε τον εαυτό σας, κατά τη διάρκεια του ύπνου σας, για θεραπεία στο Πνεύμα, στον Ύψιστο Θεό του σύμπαντος και στην ιόχρου φλόγα! Τα ευεργετικά αποτελέσματα αυτής της πράξης θα σας εκπλήξουν ευχάριστα!
- Παραδείγματα οντοτήτων που αποτελούν το Πνεύμα: οι Αρχάγγελοι (ΑΑ), οι Άγγελοι, οι Άγιοι, οι Αναληφθέντες Δάσκαλοι της Σοφίας, όπως: ο Ιησούς Χριστός, ο Άγιος Γερμανός, ο Κουτχούμι, ο Μορύα, ο Σέραπισ Μπέυ, ο Σανάτ Κουμάρα κλπ.

## **Β) ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ ΤΗΣ ΖΩΗΣ ΣΑΣ**

(μία φορά την εβδομάδα)

- Κοιτάξτε τον εαυτό σας πίσω στο χρόνο!
- Τι κάνατε όλα αυτά τα χρόνια;
- Πως λειτουργήσατε τον τελευταίο χρόνο;
- Πως λειτουργήσατε τις τελευταίες ημέρες;
- Τι εμπειρίες πήρατε;
- Πως τις αξιολογείτε;
- Είσαστε σε όλες ο εαυτός σας;
- Επίσης, θέτετε ερωτήματα που αφορούν: τι έχεις κάνει, ποιος είσαι, ποιος νομίζεις ότι είσαι, ποιες είναι οι σχέσεις σου με τους άλλους, τι νομίζουν οι άλλοι για σένα; Τέλος, θέτετε ερωτήματα ταυτότητας, όπως: ποιοι είμαστε; Ποιοι θέλουμε να είμαστε; Ποιοι πρέπει να είμαστε τελικά;
- Θέτετε ερωτήσεις που εσείς οι ίδιοι χρειάζεται να υποβάλετε στον εαυτό σας, όπως: Σε ευχαριστεί η ζωή σου; Είσαι ευτυχισμένος; Πως και γιατί συμβαίνει αυτό που συμβαίνει;

*Σημείωση:* το γιατί είναι σημαντικότερο από το πως!

- Ανάλογα με όσα κατανοήσετε, θέστε σαν όρο στον εαυτό σας να συμμετέχει σε όλα όσα συμβαίνουν και να είστε πάντα ο εαυτός σας σε αυτά!
- Να έχετε πάντα στο νου σας τη μεγάλη ΣΥΝΘΕΣΗ του εαυτού (ολοκλήρωσή του)! Σωτηρία του!
- Ενώστε τις διάφορες όψεις – σκέψεις του εαυτού σας, χρησιμοποιώντας τις παλιές εμπειρίες σας!
- Ασκήιτε εποπτεία σε όλα τα μέχρι τώρα έργα σας!
- ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΕΙΝΑΙ ΚΑΙ ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΣΥΝΕΙΔΗΤΗΣ, ΛΟΓΙΚΗΣ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗΣ, σύμφωνα με τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής σας και της υγείας σας!

**ΥΠΟΜΝΗΣΗ:** Το 1<sup>ο</sup> βήμα της κάθε ψυχοθεραπείας είναι η Συνειδητοποίηση- αναγνώριση του προβλήματος, ακολουθεί η Αποδοχή του και έπεται η απόφαση για το τι θα γίνει για να πάμε παρακάτω! Με συνειδητή, Λογική Διαχείριση!

Επιπλέον μάθετε να πορεύεστε με ό,τι σας προσφέρει η ζωή και να κάνετε ότι καλύτερο μπορείτε με αυτό! Λέτε επίσης ότι δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν ότι αγαπώ όσα είμαι, αγαπώ όσα έχω και είμαι ευγνωμοσύνη!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο

### ΠΩΣ ΘΑ ΚΙΝΕΙΣΤΕ ΜΕ ΤΑ ΕΞΗΣ 2 ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΑ ΠΟΔΙΑ

#### ΠΑΡΑΙΝΕΣΗ

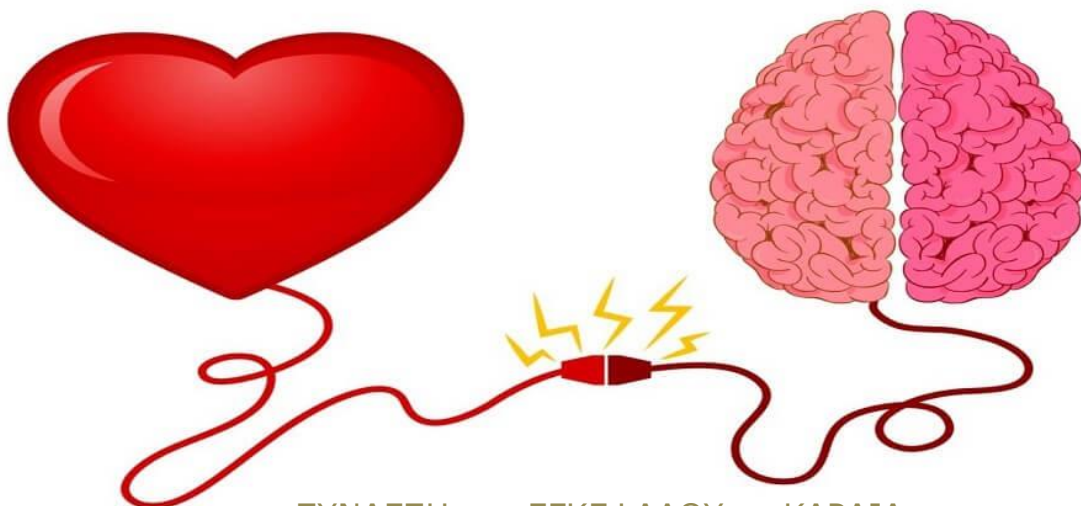
Από εδώ και πέρα να κινείστε με τα εξής δύο Πνευματικά πόδια:

**α)** Πάντοτε με την δήλωση της πρόθεσής σας, καθαρμένης κι εξαγνισμένης, με την καρδιά σας, στο σύμπαν και με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ σας, όσον αφορά το τι επιθυμείτε και θέλετε!

Η πρόθεση είναι η κατ' εξοχήν συμπύκνωση της Σκέψης - ΘΕΛΗΣΗΣ! Η ενέργεια ακολουθεί τη Σκέψη - ΘΕΛΗΣΗ! Έτσι, θα κυβερνάτε και θα κατευθύνετε την ενέργειά σας! Η πρόθεση - ΘΕΛΗΣΗ είναι ο θεμέλιος λίθος του αποτελέσματος! Τέλος, η πρόθεσή μας αποδεικνύεται από το αποτέλεσμα της! Οι πράξεις μας φέρουν την ευθύνη της πρόθεσής μας. Κάνουμε δηλώσεις πρόθεσης και εμπιστευόμαστε ο Πνεύμα! Είμαστε μία σπίθα βούλησης (πρόθεσης) που ανήκει στον θείο ΝΟΥ!

Η πρόθεσή μας - ΘΕΛΗΣΗ μας είναι που δίνει νόημα στα πάντα στη ζωή μας. Όταν αυτή καθοδηγείται μέσω το καρδιακού εργαλείου το οποίο ενυπάρχει σε κάθε ζωντανό όν! ενεργοποιείστε την εσωτερική σας φλόγα! Το Φως ενυπάρχει μέσα σας (κατάσταση φωτογραφίας Β). Το εσωτερικό Φως που μας βοηθάει να επικοινωνούμε με το θείον! Οι ανθρώπινες μονάδες στη Γη λειτουργούν έτσι ώστε να υπηρετείται το ΣΧΕΔΙΟ, δηλαδή να ακολουθείται ο ειρμός της θείας ΣΚΕΨΗΣ! Ο Ζεύς - Δίας εργάζεται για να διατηρεί τον θείο ειρμό σε Ροή! Η Συνειδητότητα είναι Φως! Εσείς είστε η πραγματικότητα!

ΣΧΕΤΙΚΗ ΠΡΟΣΘΗΚΗ: ο νους λειτουργεί μαγνητικά ως προς την ύλη, είναι ένας μαγνήτης! Γι' αυτό λέγεται, πως όπου πηγαίνει η σκέψη πηγαίνει και η ενέργεια. Οδηγεί την ενέργεια και κατά συνέπεια η ενέργεια με τη σειρά της κατευθύνεται και συμπυκνώνεται σε ύλη - μορφή!



ΣΥΝΔΕΣΗ του ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ με ΚΑΡΔΙΑ

**β)** Πάντοτε με την διαδικασία της ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗΣ – εξισορρόπησης, απροϋπόθετης και ανοιχτόκαρδης, όπως δίδαξε το Πνεύμα! Δείτε και όσα σχετικά είπαμε προηγουμένως! Μέσω της συν-χώρεσης – εξισορρόπησης τα πάντα γύρω μας κινητοποιούνται!

Να κάνετε καθημερινά επίμονη συν-χώρεση στον εαυτό σας, για όλες τις προηγούμενες ενέργειες που φέρετε από ενσαρκώσεις σας, στο πριν, σε βάθος χρόνου και στο ΤΩΡΑ σε όλες τις διαστάσεις!

Όταν θέλετε να βελτιώσετε τη σχέση σας με κάποιον, κάνετε επίμονα συν-χώρεση εαυτού και του κάποιου! Τα αποτελέσματα θα σας εκπλήξουν ευχάριστα, διότι το έξω θα αντικαθρεφτίσει αμέσως το μέσα! Τα γεγονότα δηλαδή, που συμβαίνουν γύρω σας είναι αντανakλάσεις (καθρεφτίσματα) όσων έχετε επιτρέψει να συμβούν με τις σκέψεις σας! Άλλα εκδηλώνονται όταν κυριαρχεί η ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Α και άλλα, όταν κυριαρχεί η ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Β!

ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ, με τη χρήση των δύο αυτών Πνευματικών ποδιών θα αλλάξει η ζωή σας προς το καλύτερο!

Αν θέλετε μπορείτε να προσθέσετε και τα εξής:

**α)** Την λειτουργία της ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Δείτε σχετικά παρακάτω στα της διάλυσης του εσωτερικού σαμποτέρ (αποτοξίνωσης του εγκεφάλου)!

**β)** Την λειτουργία του Νόμου της Αποδοχής, καθώς προείπαμε!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8ο**

### **Ο παράλογος – παθολογικός ΦΟΒΟΣ (κατάσταση φωτογραφίας Α) ΚΑΙ Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ**

ΔΙΑΠΙΣΤΩΣΗ: έχεις την αίσθηση ότι αποκτάς τον έλεγχο (κυριαρχείς) όταν νικάς τον φόβο σου τον παράλογο – παθολογικό φόβο σου! Ελευθερία είναι να μην φοβάσαι (η Αφοβία)! Δεν υπάρχει Ελευθερία χωρίς Αλήθεια! Η Αλήθεια συνδέεται με την πραγματική μας ύπαρξη! Θέλει Αρετή και Τόλμη η Ελευθερία (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Η Ελευθερία προϋποθέτει συναισθηματική ωριμότητα (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Ο φυσιολογικός φόβος σε προστατεύει από τον κίνδυνο, άρα είναι ωφέλιμος – χρήσιμος!

Ερώτηση: Είστε αποφασισμένοι να διώξετε τον φόβο; Αν ΝΑΙ, τότε εφαρμόστε όσα διαβάζετε εδώ! Τα προηγούμενα επίσης!

Στη ρίζα όλων των ψυχικών προβλημάτων βρίσκεται Ο ΦΟΒΟΣ! Ο φόβος είναι χρήσιμος (εύλογος) γιατί μας προστατεύει από τον κίνδυνο, αλλά δεν χρειάζεται να τον αφήνουμε να γίνεται παράλογος - παθολογικός (επιβλαβής) και να μας διαλύει! Ο φόβος διακρίνεται σε φόβο που φοβίζει – ενεργοποιεί (π.χ. θυμός, οργή) και σε φόβο που φοβάται – παραλύει – παγώνει! Όλες αυτές οι όψεις είναι κατάσταση φωτογραφίας Α! Η ενοχή είναι ο φόβος του παιδιού ότι θα χάσει την αγάπη του γονιού του με αποτέλεσμα ανάγκη αυτοτιμωρίας! (τιμωρία = απειλή εκμηδένισης του εγώ). Η οικογένεια και η κοινωνία μας μαθαίνουν να

φοβόμαστε, αλλά όχι και να ΞΕ-ΦΟΒΟΜΑΣΤΕ, πράγμα που είναι αναγκαίο ζητούμενο για να επανερχόμαστε στην κατάσταση φωτογραφίας Β! Η ευθύνη χωρίς ενοχή = η Αγνότης = η Αγάπη!

Από τον φόβο σχηματίζεται ο λεγόμενος εσωτερικός δολιοφθορέας (saboteur) όπου περιλαμβάνεται και το λανθασμένο σύστημα αυτοελέγχου μας, διότι όταν ο εγκέφαλος φοβάται, τότε λέει ψέματα στον εαυτό του και στους άλλους! Αυτό το πρόβλημα λύνεται όταν μάθουμε να ξεφοβόμαστε, μέσω της δράσης του προμετωπιαίου φλοιού του εγκεφάλου μας, δηλαδή μέσω της ενεργοποίησης του ανθρώπινου παράγοντα μέσα μας – του κυβερνήτη (ηνιόχου) του αλόγου ζώου μέσα μας, π.χ. του ιχθυοσαυρικού μέρους του εγκεφάλου μας! Το ζητούμενο είναι να οργανωθεί ο προμετωπιαίος φλοιός του εγκεφάλου του ατόμου – προσώπου, ούτως ώστε να μάθει να χρησιμοποιεί τη δύναμη που δίνει η Γνώση! Έτσι, θα μάθει να χειραγωγεί το πρόσωπο, τον εγκέφαλό του και όχι ο εγκέφαλος και οι στρεβλώσεις του το πρόσωπο, όπως γινόταν μέχρι τώρα!

Ο εσωτερικός σαμποτέρ δεν είναι πρόσωπο, αλλά είναι έννοια και αποτελείται από την ενέργεια άρνησης της ζωής μέσα μας! Είναι δηλαδή, κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα μας! Η σκοτεινή σκιά μας, η οποία χρειάζεται εξισορρόπηση!

Μπορούμε να νικάμε τους φόβους μας, όταν τους κοιτάμε κατάματα με Αγάπη, δηλαδή όταν ΚΑΝΟΥΜΕ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΦΟΒΟΜΑΣΤΕ με Αγάπη! Άρα, δεν είναι «κακό» να φοβόμαστε, γίνεται όμως ακατάλληλο και τοξικό για εμάς το να μην αντιμετωπίζουμε τους φόβους μας! Ο φόβος γεννιέται από την έλλειψη Αγάπης και Γνώσης και διαλύεται – ξεπλένεται με Αγάπη και Γνώση! Έτσι λοιπόν, το αντίδοτο του φόβου είναι η Αγάπη και η Γνώση!

Slogan: προβλήματά μου εγώ σας δημιουργήσα, εγώ σας καταργώ!

ΑΝΤΙΔΟΤΑ ΜΕΓΑΛΗΣ ΙΣΧΥΟΣ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΠΑΡΑΛΟΓΟΥ – ΠΑΘΟΛΟΓΙΚΟΥ ΦΟΒΟΥ

Η ουσία του φόβου είναι ο φόβος του κινδύνου – θανάτου! Με την χρήση του γενικού και του ειδικού διακόπτη του φόβου μαθαίνετε να μπορείτε να κυριαρχείτε τον όποιο φόβο σας! Ελευθερία είναι να μη φοβάσαι (η Αφοβία)!

Ο άνθρωπος – θεός επί της Γης, γνωρίζει την αθανασία του και δεν φοβάται τον θάνατο, τον Άδη! Γνωρίζει ότι ο Άδης είναι μία όψη του Εαυτού του! Μπορεί και νιώθει την χαρά της αυτοεκπλήρωσης (κατάσταση φωτογραφίας Β), νιώθει γεμάτος, διότι αντιλαμβάνεται ότι η μόνη χαρά που μένει είναι η χαρά που δίνουμε στους άλλους (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Εσύ τι προτιμάς; Να έχεις σκουλήκια στην καρδιά και στον νου σου ή ΦΩΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΤΗΤΑΣ;

### **1) Ο ΓΕΝΙΚΟΣ ΔΙΑΚΟΠΤΗΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ**

Λέγεται έτσι διότι διαλύει κάθε φόβο= φόβο θανάτου! Για όλα τα προβλήματα η ρίζα τους είναι ένας φόβος! Γι' αυτό ο γενικός διακόπτης του φόβου μαζί με τον ειδικό διακόπτη του φόβου μπορεί να χρησιμοποιούνται θεραπευτικά παντού από τα πιο ελαφρά έως και τα πλέον βαριά προβλήματα!

Λέτε, ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΑ, μέχρι να νιώσετε καλά:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν ότι αγαπώ, θέλω και προτιμώ να ζήσω, αλλά δεν φοβάμαι να πεθάνω! Το χειρότερο που έχω να πάθω είναι να πεθάνω! Ε και λοιπόν τι έγινε; Δεν με νοιάζει κι αν πεθάνω! Είμαι αδιάφορος/η, ήρεμος/η και γαλήνιος/α σε κατάσταση Α-ΦΟΒΙΑΣ και διότι αισθάνομαι ότι είμαι θεός, δηλαδή είμαι η άφθαρτη και αθάνατη Ψυχή! *Συμπέρασμα:* Ο ΘΑΝΑΤΟΣ

ΠΑΤΕΙΤΑΙ ΘΑΝΑΤΩ! Υπάρχει η δυνατότητα ο θάνατος να «πατείται θανάτω»! Είναι πράξη, εμπειρική μετοχή! Τίποτα δεν συγκρίνεται με την ΕΝΕΡΓΕΙΑ! Η εξάσκηση οδηγεί στην τελειοποίηση, διότι δυναμώνει τη συνήθεια. Ο άνθρωπος είναι όπως έχει συνηθίσει να είναι! Όπου υπάρχει πνεύμα δεν υπάρχει θάνατος! Εδώ υπάγεται η Υπαρκτική Ελευθερία από κάθε προκαθορισμό και αναγκαιότητα, δηλαδή η Ελευθερία της ακατάλυτης ύπαρξης κι όχι η πρέπουσα συμπεριφορά μέσα στα όρια της θνητότητας! Όπου, τόσο το καλό όσο και το κακό είναι τρόπος να διδαχθούμε! Δεν παιδεύεσαι, αλλά εκπαιδεύεσαι! Μέσω των αλλαγών μαθαίνουμε και μέσω των μαθημάτων αναπτυσσόμαστε, δηλαδή αναβαθμιζόμαστε λειτουργικά! Δείτε και προηγούμενα! Έτσι, τα λάθη είναι ο οδηγός της ζωής μας! Κανένας δεν ξέρει ποιος πραγματικά είναι, παρά μόνον αν βρεθεί σε ακραίες συνθήκες επιβίωσης. Πάντα υπάρχει δυνατότης για το καλύτερο! Το ιδανικό είναι να παραμένουμε ατάραχοι, ανθεκτικοί, διότι είμαστε μαθημένοι στα δύσκολα (ανθεκτικοί)! Η ψυχή μας τα έχει σχεδιάσει όλα πριν ενσαρκωθεί στη Γη!

ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΙΚΑ: Αν καταργήσεις τον φόβο του θανάτου, δηλαδή την κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα του, τότε τι απομένει;

Απάντηση: ΕΓΩ, δηλαδή η σχέση μου με τον αληθινό Εαυτό μου = τον θεό μέσα μου (την κατάσταση φωτογραφίας Β)! Την υπαρκτική ταυτότητα του υποκειμένου λυμαινόνται η ανασφάλεια και ο ναρκισσισμός!

*Ορισμός θανάτου*, που μπορεί να χρησιμοποιείται ομοίως επίσης: θάνατος είναι η μακάρια απελευθέρωση από τα δεσμά του περιορισμού της ύλης! Είναι το άνοιγμα της ψυχής σε άλλα πεδία ύπαρξης, ελευθερίας και Αγάπης! Δεν είναι το τέλος, δεν είναι η οριστική εκμηδένιση! Αυτή είναι η απάντηση στον κατεστημένο μηδενισμό της αντίληψης ότι με τον θάνατο τελειώνουν όλα! Οι άνθρωποι αυτοί είναι γατζωμένοι στο εξωτερικό πεδίο, στο ΦΑΙΝΕΣΘΑΙ! Ο θάνατος δεν είναι το τέλος, υπάρχει η συνέχεια της συνείδησης.

## **2) ΠΑΡΑΛΛΑΓΗ ΤΟΥ ΓΕΝΙΚΟΥ ΔΙΑΚΟΠΤΗ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ**

Λέτε: Αν πεθάνω, πέθανα! Πάει και τελείωσε! Αδιαφορώ απέναντι στο θάνατο, όπως ο Σωκράτης ή ο Κωνσταντής Κανάρης, ο πυρπολητής, διότι έχω επιτύχει την Α-ΦΟΒΙΑ! Έχω κάνει πράξη δηλαδή, την οδηγία της θεάς Αφροδίτης να κάψω νοερά το μικρό μου εγώ των κατώτερων εγωιστικών ενστίκτων μου, δηλαδή τον φόβο μου! Επίσης, έχω κάνει πράξη την φαινομενική παραδοξολογία που λέγει ότι: «όποιος πεθάνει πριν πεθάνει, δεν θα πεθάνει όταν πεθάνει»! Ελευθερία είναι να μη φοβάσαι (η Α-φοβία)! Δεν υπάρχει Ελευθερία χωρίς Αλήθεια! Η Αλήθεια συνδέεται με την πραγματική μας ύπαρξη. Θέλει Αρετή και Τόλμη η Ελευθερία (κατάσταση φωτογραφίας Β). Η Ελευθερία προϋποθέτει συναισθηματική ωριμότητα (κατάσταση φωτογραφίας Β)!

Η γενική ιδέα υπερνίκησης του φόβου είναι η εξής: Πέρασε μέσα από τους φόβους σου και θα βγεις πιο δυνατός! Κάνε αυτό που φοβάσαι! Αντίκρισε τον φόβο σου κατάματα και σχεδιασμένα, οπότε θα φοβηθεί και θα φύγει! Ο φόβος πρέπει να βιώνεται και μόνον αν βιωθεί, τρέπεται πράγματι σε φυγή! Άρα, κάνε ψυχικές γομολάστιχες με σθένος και καρτερία (δες σχετικά στο 2<sup>ο</sup> μέρος). Ο ΦΟΒΟΣ – ΘΥΜΟΣ ΘΟΛΩΝΕΙ ΤΗ ΝΗΦΑΛΙΑ ΚΡΙΣΗ! Γι' αυτό, όποιος θυμώνει, χάνει το δίκιο του, επειδή ο θυμός επικαλύπτεται – σκεπάζει τη Λογική του! τούτο είναι πολύ κακό για εμάς. Γι' αυτό επιβληθείτε στον εαυτό σας και γίνετε ευφυέστεροι του θυμού! Διότι ο θυμός, η οργή σας στρεβλώνει! Ο θυμός δεν έχει επιχείρημα, αλλά έχει ΑΡΝΗΣΗ! Επιχείρημα δεν συνιστά η ΑΡΝΗΣΗ, αλλά η



## ΣΥΝΘΕΣΗ!

Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες βοηθάνε να χαλαρώνετε την ένταση (stress) που σας βασανίζει! Έτσι, όταν έχετε ένταση (stress), θα ξέρετε πως να χαλαρώνετε! Θα μπορείτε να μην ταραζέστε, ιδίως με ανούσια πράγματα! Όμως, το ιδανικό είναι να μπορείτε, ακόμη κι αν καίγεται το σπίτι σας, να παραμένετε ατάραχο ι –ανεπηρέαστοι χωρίς να σας νοιάζει, χωρίς να σας αγγίζει, διότι μπορείτε να λειτουργείτε ως αμέτοχος εσωτερικός παρατηρητής! Επίσης, να απαρνείστε τη Λογική της ανταπόδοσης στον αγώνα σας! να είστε πέρα από την επιτυχία και την αποτυχία!

Για όλους αυτούς τους λόγους, μπορείτε να χρησιμοποιείτε επαναληπτικά, κατά τα γνωστά, τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

### ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΟ ΚΑΨΙΜΟ ΤΟΥ ΜΙΚΡΟΥ ΓΗΙΝΟΥ ΕΓΩ, ΜΕ ΤΟ ΠΥΡ ΤΗΣ ΘΕΑΣ ΑΦΡΟΔΙΤΗΣ

Σύμφωνα με τη συμβουλή της θεάς Αφροδίτης, καίτε νοερά – συμβολικά – φαντασιακά, με το θείο πυρ αυτής (λαμπρό λευκό ή λαμπρό χρυσό), το μικρό γήινο εγώ σας! Αφήστε τα πάντα να καούν! Όταν τα πάντα καούν, μένει η ΑΙΤΙΑ = ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ και η καθαρότητά του! Το Πνεύμα που ήθελε κάπου να σταθεί!

Όσα περισσότερα κάψετε, τόσο περισσότερο Φως θα έχετε! Κάψτε και μετουσιώστε – μεταστοιχειώστε μέχρι να φτάσετε στην ΑΙΤΙΑ!

Κατακαίοντας ημερεύουμε τα πάθη, απαλασσόμαστε από τις κατώτερες εγωιστικές προσδοκίες–επιθυμίες μας! Εξαγνιζόμαστε και ανορθωνόμαστε στο επίπεδο του Πνεύματος και την καθαρότητά του!

*Σημείωση:* η σύστασή μας είναι τέτοια ώστε να θεωρούμε κάθε τι το συμβολικό –φανταστικό ως πραγματικό!

Το πυρ εξαγνίζει συμβολικά!

Το νερό καθαρίζει συμβολικά! Το νερό καθαρίζει το σώμα και την λερωμένη ψυχή π.χ. με την υδροθεραπεία ή με το βάπτισμα αντιστοίχως!

Η Αφροδίτη είναι Ανώτερος Νους = θείκες ιδέες = κάλλος = Αθανασία. Η Αφροδίτη εποπτεύει την ερωτική libido.

**2α)** Εκτός από το κάψιμο του μικρού, γήινου εγώ, με το πυρ της Αφροδίτης μπορείτε να κάνετε και το εξής που έχει ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΑ, ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ:

- ❖ Οραματίζεστε ότι φοράτε μία πανοπλία! Η πανοπλία αυτή συμβολίζει όλα τα αρνητικά «πρέπει» και «δεν πρέπει», όλους τους φόβους, όλες τις αναστολές ζωής, όλες τις ενοχές, όλες τις τύψεις, όλα τα αρνητικά πρότυπα, όλες τις άμυνες, όλον τον ζόφο που έχετε προσλάβει από τους γονείς σας και από τους προγόνους σας! Επίσης που έχετε προσλάβει από τους σημαντικούς για εσάς άλλους κατά τα παιδικά σας χρόνια!
- ❖ Κατόπιν, οραματίζεστε ότι αφαιρείτε από πάνω σας κομμάτι – κομμάτι την πανοπλία σας, αρχίζοντας από το κεφάλι και καταλήγοντας στα πόδια.
- ❖ Κατόπιν, οραματίζεστε ότι κάθε αφαιρούμενο κομμάτι της πανοπλίας σας απορρίπτεται σε μίαν ιόχρου (μωβ – μελιτζανί) φλόγα που καίει

δίπλα σας.

- ❖ Κατόπιν, οραματίζεστε ότι κάθε κομμάτι της πανοπλίας σας, που απορρίφθηκε μέσα στην ιόχρου φλόγα – ενέργεια, ΔΙΑΛΥΕΤΑΙ ΕΝΤΕΛΩΣ!

Με αυτόν τον απλό, οραματικών τρόπον καθαρίζετε, εξαγνίζετε, απελευθερώνετε και μετουσιώνετε τον εαυτό σας!

Όσο πιο πολύ, όσο πιο συχνά εφαρμόζετε τα παραπάνω, τόσο το καλύτερο για εσάς και για τους γύρω σας (κάθαρση – ΙΑΣΗ – απελευθέρωση)!

Ο τρόπος αυτός, καθώς και οι λοιποί τρόποι, που προτείνονται σε αυτό το βιβλίο, μας βοηθούν να μάθουμε να γινόμαστε και να είμαστε ΑΥΤΑΡΚΕΙΣ ΚΑΙ ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΙ, δηλαδή ενδυναμούμενοι από τις αντιξοότητες της ζωής! Με άλλα λόγια, με τους τρόπους αυτούς διευκολύνεται η εκμάθηση υπαρξιακής κολύμβησης, ώστε να μην βουλιάζουμε πλέον εκεί όπου βουλιάζαμε μέχρι τώρα!

Slogan: τα πάντα συνδέονται μεταξύ τους και συνεργάζονται μεταξύ τους!

**3)** Οραματιζόμαστε ότι είμαστε νεκροί, μέσα σε φέρετρο!

Τότε, συνήθως όλα τα ψυχοσωματικά ενοχλήματα εκλείπουν!

Αυτό είναι μία από τις αποδείξεις ότι όποιος φοβάται το θάνατο, δεν έχει συμφιλιωθεί ακόμα με τη ζωή!

**4)** Οραματιζόμαστε ότι ο Χάρος – θάνατος (δείτε την σχετική εικόνα) έρχεται ενώπιόν μας ως μαύρος, μαυροντυμένος σκελετός με το δρεπάνι του. Τότε, αντί να φοβηθούμε, κινούμαστε προς αυτόν, τον αγκαλιάζουμε και του λέμε: σε αποδέχομαι, σε αγαπώ και σε αποχαιρετώ!

Τα ίδια ακριβώς ισχύουν αν οραματιστούμε τον διάβολο αντί του θανάτου! Εδώ πρέπει να σας εξηγήσω ότι η νοητική εικονοπλασία ή οραματισμός είναι άσκηση Δημιουργικότητας και αυτοκαθοδήγησης!

Ο οραματισμός – νοερή εικονοπλασία είναι σκέψη! Η ενέργεια ακολουθεί τη σκέψη, όπως αυτή μορφοποιείται οραματικά! Ο οραματισμός ή νοερή εικονοπλασία είναι Δημιουργικότητα (κατάσταση φωτογραφίας Β) που αντιρροπεί το βίωμα του θανάτου-φόβου (κατάστασης φωτογραφίας Α)!

Η Δημιουργικότητα μας ολοκληρώνει, γιατί χτυπάει την πόρτα του Ανώτερου θείκου Εαυτού μας και εξασκεί τα μέρη μας που χρειάζονται αφύπνιση!

Όλα αυτά ενεργοποιούνται κατά τον οραματισμό του εαυτού ως πεθαμένου μέσα σε φέρετρο και κατά τον οραματισμό του θανάτου ως σκελετού με δρεπάνι ή κατά τον οραματισμό του διαβόλου με τη μορφή που όλοι γνωρίζουμε, καθώς προείπαμε!

Όταν πεθαίνεις εκπαιδευτικά στην εξομοίωση (simulation) μαθαίνεις να μην πεθαίνεις – φοβάσαι ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ! Αυτό το ευεργετικό αποτέλεσμα επιφέρουν οι ασκήσεις 1,2,3,4,5 σε αυτό το κεφάλαιο!

Συμπέρασμα: Ο ΘΑΝΑΤΟΣ ΠΑΤΕΙΤΑΙ ΘΑΝΑΤΩ!

Σχετικά με αυτό, μπορείτε να κάνετε την εξής άσκηση:

Λέγετε φωναχτά, τουλάχιστον μία φορά την ημέρα, «*εαυτέ μου – πλήρες ονοματεπώνυμο, σήμερα θα πεθάνεις*»! Με όλα τα συνειδησιακά εργαλεία τα οποία σας προανέφερα μαθαίνετε να κυριαρχείτε στους ατομικούς σας φόβους!



Ο ΧΑΡΟΣ ΩΣ ΣΚΕΛΕΤΟΣ ΜΕ ΔΡΕΠΑΝΙ

### 5) Ο ΕΙΔΙΚΟΣ ΔΙΑΚΟΠΤΗΣ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ

Λέτε ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΑ, μέχρι να νιώσετε καλά:

Αν πεθάνει (η μάνα, ή ο πατέρας, ή το παιδί ή ο εραστής ή ο σύζυγος) θα πεθάνω;! Αν πεθάνουν όλοι οι προαναφερθέντες θα πεθάνω;!

*Απάντηση:* ΟΧΙ ΒΕΒΑΙΑ! Τότε λοιπόν γιατί στεναχωριέμαι; Παύω πλέον να κάνω αυτό το κακό στον εαυτό μου!

#### ΑΝΑΛΥΣΗ:

Έτσι, επιτυγχάνεται συνοπτικά, η συμβολική μητροκτονία και πατροκτονία, δηλαδή κόβεται συνοπτικά και συμβολικά η ψυχική ομφαλίδα σύνδεσης με τους γονείς και το άτομο μπορεί πλέον να γίνεται ο πατέρας και η μητέρα του εαυτού του, δηλαδή να ωριμάσει – ενηλικιωθεί ψυχικά! Γίνεσαι συμβολικά μητροκτόνος και πατροκτόνος, όταν απελευθερώνεσαι από την επίδραση – από την εξάρτηση από τους γονείς σου! αποδέχεσαι ότι δεν σου χρωστάει κανένας τίποτα!

Συνοπτικά: για να βρει τον δρόμο του ένα παιδί, πρέπει να «σκοτώσει συμβολικά» την μητέρα και τον πατέρα του! Έτσι, ξεπερνιέται και ο φόβος των νέων να μεγαλώσουν – ενηλικιωθούν ψυχικά, δηλαδή να ωριμάσουν! Ενηλικίωση σημαίνει επίσης να έχεις μάθει να ορίζεις τις προτεραιότητές σου, μέσα στην υπάρχουσα πραγματικότητα, την οποία αντιλαμβάνεσαι σωστά και την οποίαν αποδέχεσαι και αντιμετωπίζεις σχεδιασμένα, κατά μέτωπον και με συνειδητή, Λογική διαχείριση!

Συνείδηση = η υποκειμενική επίγνωση των καταστάσεων του νου. Συνειδητοποιώ ότι έχω Συνείδηση. Το κρίσιμο κατόρθωμα είναι η συνειδητοποίηση του εκάστοτε προβλήματος!

### 6) ΤΟ ΕΙΔΙΚΟΝ ΕΡΩΤ-ΗΜΑ

Λέτε, ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΑ, μέχρι να νιώσετε καλά:

Έχει κανένα νόημα το παράπονο και η αυτολύπηση;

*Απάντηση:* ΟΧΙ ΒΕΒΑΙΑ! Τότε λοιπόν γιατί στεναχωριέμαι; Άρα, παύω πλέον να κάνω αυτό το κακό στον εαυτό μου!

Αλλάζω τον τρόπο της Σκέψης μου προς το καλύτερο και όλα πάνε καλά και καλύτερα! Αναγνωρίζω τις πράξεις μου χωρίς ενοχές! Χαμογελώ από την ψυχή μου, ότι κι αν γίνεται! Ακόμη και τραγικό! Αυτό είναι το σωστό, η λύπη δεν είναι

ζητούμενο για κανένα λόγο! Μάθετε να παίρνετε τη ζωή όπως έρχεται, χωρίς παράπονο! Η ζωή είναι αιώνια και γεμάτη χαρά! Το σωστό είναι να δηλώνουμε την πρόθεσή μας να χαρούμε την κάθε της στιγμή, ό,τι κι αν συμβαίνει!

### **6) SOS! ΜΕΓΑΛΗΣ ΑΞΙΑΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΙΑΚΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ**

Οραματίζεστε ότι πετάτε ψηλά στον ουρανό ένα χαρταετό χρώματος μαύρου! Το μαύρο χρώμα συμβολίζει τον θάνατο – φόβο που υπάρχει εγκατεστημένος μέσα σας! Ο χαρταετός συνδέεται με εσάς με ένα χρυσό νήμα το οποίο ξεκινάει από τον αφαλό σας! Προσκαλείτε και παρακαλείτε τον παππού Ποσειδώνα να προσέλθει και να κόψει με την τρίαινά του το χρυσό νήμα που σας συνδέει με τον χαρταετό, στο σημείο του αφαλού σας.

Οραματίζεστε τούτο να συμβαίνει!

Κατόπιν τούτου οραματίζεστε τον χαρταετό να πέφτει από ψηλά προς τα κάτω ελικοειδώς και τελικά να βυθίζεται στη θάλασσα, όπου διαλύεται με τη μορφή πολύχρωμων πυροτεχνημάτων!

Με τον τρόπο αυτόν, κάθε φορά που γίνεται, απαλλάσσεστε από μεγάλες ποσότητες θανάτου που περιέχεται μέσα σας (καταστάσεις φωτογραφίας Α)!

Τέλος, ευχαριστείτε τον παππού Ποσειδώνα που μας έδωσε αυτό το θαυμάσιο ανακουφιστικό συνειδησιακό εργαλείο και συμβάλλει ενεργά στην εφαρμογή του!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9ο**

### **ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΔΟΛΙΟΦΘΟΡΕΑ**

Ο εσωτερικός δολιοφθορέας δεν είναι πρόσωπο, αλλά είναι έννοια και αποτελείται από την ενέργεια της αντίθεσης στη ζωή μέσα μας, δηλαδή είναι παράλογος – παθολογικός ΦΟΒΟΣ, δηλαδή είναι η κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα μας! Είναι λοιπόν μέρος του εαυτού μας!

Ο εσωτερικός saboteur ενεργεί ως εξής:

**α)** κλέβει τη δύναμη από τον αληθινό εαυτό, δηλαδή από την κατάσταση φωτογραφίας β μέσα μας!

**β)** γεννά μόνιμη επίθεση κατά του αληθινού εαυτού, δηλαδή κατά της κατάστασης φωτογραφίας Β μέσα μας! Δηλαδή, ο εσωτερικός δολιοφθορέας σημαίνει ότι υπάρχει ενδοψυχικός εμφύλιος πόλεμος που μαίνεται μέσα μας! Χρειάζεται καταλλαγή και συμφιλίωση των αντιθέτων μερών! **ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗ! ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ και ΑΠΟΔΟΧΗ!**

**γ)** δεν μας αφήνει να αντιληφθούμε τα προβλήματά μας, άρα και να τα λύσουμε!

Στα πλαίσια αυτά, ο εσωτερικός σαμποτέρ παράγεται από ένα τμήμα του εγκεφάλου μας, το οποίο έχει συνηθίσει στη δυστυχία του και δεν μπορεί χωρίς αυτήν, διότι απολαμβάνει αυτή τη δυστυχία του! Οι παλαιοί μηχανισμοί, δηλαδή, προγράμματα του εγκεφάλου αντιστέκονται και μας αναγκάζουν να παλεύουμε με τα φαντάσματα του παρελθόντος μας! Γι' αυτό, ο εσωτερικός μας

σαμποτέρ προβάλλει αντίσταση στη θεραπεία!

Αναλυτικότερα:

Η σημασία των ασυνειδήτων προτύπων (δυναμικών στερεοτύπων των κυττάρων του εγκεφάλου) σε όλους τους τομείς, σε όλα τα επίπεδο συμπεριφοράς, φαίνεται αναλυτικότερα από τα εξής: είναι अपαραβάτος ψυχοβιολογικός νόμος ότι αυτόματα και υποσυνείδητα έχουμε ακατάσχετη ροπή να επαναλαμβάνουμε και να αναπαράγουμε αυτό που κάποτε μας πρωτο-έμαθαν! Αυτή είναι η τάση αναπαραγωγής των προτύπων διδαγμένης αντίληψης. Επίσης, όσο πρωταρχικότερα συνέβη αυτή η μάθηση, τόσο η ροπή είναι ισχυρότερα και πιο ακαταμάχητη (δες φωτογραφίες Α και Β). Όσα μικρομάθειες, δύσκολα γεροντοξεχνάς, λέγει η παροιμία.

Όλα αυτά ξεπερνιούνται μόνο με τη δύναμη που δίνει η Γνώση – ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ κατά την ψυχοθεραπεία! Συμβατική ή εσωτερική ακόμη καλύτερα! Χρειάζεται να επικρατούν η Γνώση, ο Ορθολογισμός και η Ευαισθησία!

Σύμφωνα με όλα αυτά χρειάζεται να πούμε και τα εξής: δεν πρέπει να βάζουμε άκαμπτους περιορισμούς στον εαυτό μας, έτσι ώστε αυτά να μας απαγορεύουν να σκεπτόμαστε με ελαστικότητα: δηλαδή που μας αποτρέπουν από το να σκεπτόμαστε ελεύθερα! Αλλά, όταν βάζουμε πρέπει να τους τηρούμε, διότι αν άλλα λέμε και άλλα κάνουμε, αυτή η εσωτερική αντίφαση παράγει πελώριους κλυδωνισμούς στο ενεργειακό πεδίο!

Η παραγνώριση λοιπόν των δεδομένων της πραγματικότητας οφείλεται στον εσωτερικό μας σαμποτέρ, ο οποίος παράγει το λανθασμένο σύστημα αυτοελέγχου μας, τον λανθασμένο θεωρούντα νου μας, το λάθος νομίζω μας! Ο εσωτερικός saboteur αναγνωρίζεται από το ότι δεν υπηρετεί τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής μας και της υγείας μας! Η αντίσταση σε ό,τι αντιστέκεται στη ζωή μέσα μας είναι η αποτελεσματική θεραπεία, δηλαδή 2 αρνήσεις, 2 αντί, κάνουν μία ΚΑΤΑΦΑΣΗ!

Ο εσωτερικός δολιοφθορέας είναι η πηγή και η αιτία των αντιστάσεων στη θεραπεία! Αιχμαλωτίζει τη σκέψη μας προβάλλοντας τα εξής ύπουλα και σοφιστικά, δηλαδή πλανερά επιχειρήματα:

**1)** Δεν μπορείς να κάνεις τη θεραπεία διότι δεν την αντέχεις, διότι σε ξεπερνάει! Φυσικά πρόκειται για πλάνη!

**2)** Δεν θα γίνει τίποτα καλό με την θεραπεία, άρα εγκατάλειψέ την!

**3)** Η θεραπεία είναι μαγική, είναι Βουντού, άρα θα κάνει κακό! Πρόκειται για άλλη μία πλάνη, διότι η θεραπεία είναι όντως μαγεία, αλλά λευκή μαγεία, δηλαδή ΙΑΤΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ, δηλαδή ΘΕΟΥΡΓΙΑ!

**4)** Η αναβλητικότητα ως ύπουλο τέχνασμα του εσωτερικού σαμποτέρ, για να μη γίνεται η θεραπεία, η οποία θα τον εξουδετερώσει! π.χ. προβάλλεται η σκέψη ότι θέλω να κάνω την θεραπεία μου υπό τις τέλειες και άριστες συνθήκες, με αποτέλεσμα η θεραπεία να μη γίνεται ποτέ ή να γίνεται σπάνια! Μία αντίδραση αναβλητικότητας είναι και η υπνηλία που εκδηλώνεται, όταν πρόκειται να γίνει ψυχική γομολάστιχα! Υπνηλία, αναβλητικότητας, βαρεμάρα, χασμουρητό, όλα και το καθένα ξεχωριστά σημαίνουν ότι: αρνούμαι υποσυνείδητα να διεκδικήσω το δικαίωμά μου να ζήσω! Μία αντίδραση αναβλητικότητας είναι επίσης η αίσθηση κούρασης που νιώθει ο άνθρωπος, όταν χρειάζεται να κάνει ψυχική γομολάστιχα!

**5)** Η σκέψη ότι, αφού τώρα είσαι καλά με τη θεραπεία, διάκοψε αυτήν

(πρόωρα) διότι δεν την χρειάζεσαι πλέον! Αυτό το τέχνασμα είναι το πλέον ύπουλο εκ μέρους του εσωτερικού σαμποτέρ!

Μάθετε να αντιστέκεστε στην αντίσταση του εσωτερικού δολιοφθορέα, σφίγγοντας τα δόντια και κάνετε Συνειδητή Λογική διαχείριση με σκοπό την θεραπεία σας! ΘΕΡΑΠΕΙΑ = υπηρεσία = η συμπόνια και το έλεος στην πράξη! Κάθε φορά που νικάτε τον εσωτερικό σαμποτέρ και κάνετε την θεραπεία σας, με αποτέλεσμα την ανακούφισή σας, ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΑΥΤΗ ΤΗΝ ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΤΙΚΗ ΕΜΠΕΙΡΙΑ, για να σας καθοδηγεί και να σας ενθαρρύνει, ώστε να ξανακάνετε τα ίδια κάθε φορά που χρειάζεται (μελλοντικά)! Να έχετε δηλαδή, αυτή την εμπειρία ως πρότυπο προς αναπαραγωγή, κάθε φορά που χρειάζεται! Αυτό είναι ένα ακόμα παράδειγμα Συνειδητής Λογικής διαχείρισης!

**ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** Όταν αντιστέκεστε ή γενικώς ασχολείστε με τον εσωτερικό δολιοφθορέα σας, να πράττετε τούτο χαλαρά και χωρίς έμφαση, διότι αν τα πράγματα γίνουν και με έμφαση και ένταση, τότε ο εσωτερικός δολιοφθορέας τροφοδοτείται με ενέργεια και δυναμώνει! Ο εσωτερικός μας δολιοφθορέας είμαστε εμείς, είναι κομμάτι του εαυτού μας. Γι' αυτό δεν τον εχθρευόμαστε τοποθετώντας τον απέναντί μας! Αλλά με αποδοχή – συναίνεση, συγχώρεση, αγάπη και μετουσίωση του, τον απελευθερώνουμε, ούτως ώστε να τον αφήσουμε πίσω μας!

Slogan: Σε ό,τι εναντιώνεσαι, δυναμώνει! Ό,τι αγαπάς και ποτίζεις με συνχώρεση και αποδοχή – συναίνεση = γνώση, θεραπεύεται! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά είναι το ζητούμενο!

### ΑΝΤΙΔΟΤΑ ΣΤΟΝ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΔΟΛΙΟΦΘΟΡΕΑ

Αυτά είναι τα Συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας παρουσιάζω! Πρόκειται δηλαδή, για τρόπους σκέψης και δράσης που αποτελούν εφαρμογή της δύναμης που δίνει η Γνώση! Η σωστή Γνώση λειτουργεί απελευθερωτικά, διότι οργανώνει τον προμετωπιαίο φλοιό του ανθρώπινου εγκεφάλου (τον κυβερνήτη του ζώου μέσα μας – την οδηγό Συνείδηση, την κατευθυντήρια διάνοια) έτσι ώστε να μπορεί να επιβάλλεται και να κυβερνά τους αμυγδαλοειδείς πυρήνες και το ραβδωτό σώμα του εγκεφάλου που είναι οι γεννήτριες του ΦΟΒΟΥ!

ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ = η υποκειμενική επίγνωση των καταστάσεων του νου! Συνειδητοποιώ ότι έχω Συνείδηση!

- Οι αμυγδαλοειδείς πυρήνες του εγκεφάλου γεννούν τον φόβο, ως πρωτότυπο χειρισμό αυτού.

- Το ραβδωτό σώμα του εγκεφάλου γεννά τον φόβο, ως στερεοτυπικό χειρισμό αυτού.

- Όλα στηρίζονται στον ψυχοθεραπευτικό νόμο που λέγει: η συνειδητή Γνώση των υποσυνειδητών ψυχολογικών αιτιών των ενοχλημάτων και των ασθενειών κάνει τα αποτελέσματά τους, δηλαδή τα ενοχλήματα και τις ασθένειες να εκλείπουν – εξαφανίζονται! Όταν κάνουμε δηλαδή, αυτό που φοβόμαστε συμβολικά, τότε ενεργοποιείται ο μηχανισμός της εξοικείωσης στον ΦΟΒΟ και ο φόβος διαλύεται με την εξάσκηση!

- Συνοπτικά: όταν παραδεχθείς αυτό που έχεις, τότε γίνεσαι καλά! Η Αλήθεια σου θα σε γιατρέψει! Αυτή είναι η δράση της ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΗΣ!

- Η ΔΙΑΠΙΣΤΩΣΗ είναι η εξής: όσο το υποσυνείδητο ή το ασυνείδητο δεν γίνεται συνειδητό, τότε αυτό θα καθορίζει τη ζωή σου κι εσύ θα το θεωρείς πεπρωμένο, δηλαδή ο χαρακτήρας σου θα θεωρείται πεπρωμένο!
- Όμως πεπρωμένο φυγείν δυνατόν, καθώς μόλις προείπαμε και θα πούμε!

Η χρήση των λέξεων ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ επαναληπτικά, κατά τα γνωστά, βοηθάει ουσιαστικά σε αυτό!

### ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟΣ ΔΙΑΛΥΣΗΣ ΤΟΥ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΥ ΔΟΛΙΟΦΘΟΡΕΑ, ή αλλιώς ΑΠΟΤΟΞΙΝΩΣΗ ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ

- Στην αριστερή σου χούφτα κρατάς τη μαύρη ενέργεια άρνησης της ζωής που αποτελεί τον εσωτερικό saboteur, με τη μορφή της φωτ/φίας Α ή με τη μορφή κάποιου εντόμου ή με όποιον τρόπο κι αν σου εμφανιστεί αυτό που φοβάσαι πολύ!

- Στην δεξιά σου χούφτα κρατάς την φωτεινή, λευκή, δημιουργική ενέργεια της ζωής, με τη μορφή της φωτογραφίας Β.

- Ακολουθως, ενώνεις τις δύο χούφτες σου με τις ενέργειες, μέσα σε λαμπρό λευκό Φως και Αγάπη, ΕΡΩΤΙΚΑ, δηλαδή μετουσιώνεις το σκοτάδι του εσωτερικού σαμποτέρ σε Φως!

Παράλληλα λέγεις: σκοτάδια μου σας αγαπώ και σας αποδέχομαι πλήρως σας συν-χωρώ και σας μετουσιώνω, δηλαδή ανεβάζω τη συχνότητα της δόνησης σας, ούτως ώστε να γίνετε.ΦΩΣ Συνείδησης!

Αυτή είναι η λειτουργία της ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ, όπως συμβαίνει και με την διαδικασία της Συν-χώρεσης – Αλληλοπεριχώρεσης. (π.χ. ένα κιλό σκοτάδι από εδώ, ένα κιλό Φως από εκεί και επέρχεται ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ σε ένα τρίτο σημείο).

- Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει μέγιστη αξία και σημασία!

*Συμπέρασμα:* για να δεις το Φως σου πρέπει πρώτα να κοιτάξεις το σκοτάδι σου!

- Κατά τη διάρκεια αυτής της ένωσης λέγεις: «Ευλογώ και φωτίζω όλα τα αρνητικά συμβάντα στη ζωή μου! Αναγνωρίζω, αποδέχομαι, ακυρώνω και μετουσιώνω όλους τους χαμηλούς κραδασμούς που είναι παράγωγα των αρνητικών συναισθημάτων μου! Έτσι, διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά! Μεγαλώνω ψυχικά σημαίνει ότι παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου!» Θεοί εστέ εν εμοί των θεώ! Ο άνθρωπος είναι «κεκελευσμένος» θεός! Όσο πιο σκληρά μας φέρονται, ιδίως στα μικρά παιδικά μας χρόνια, τόσο πιο σκληροί γινόμαστε! Όμως, η σκληρότητα είναι αδυναμία = ευθραυστότης! Αντιθέτως, αν εφαρμόζονται όσα λέει αυτό το βιβλίο, δηλαδή αν ενεργοποιείται ο ανθρώπινος – θεϊκός παράγων μέσα στον άνθρωπο, τότε προκύπτει σκληραγωγία της ψυχής = ανθεκτικότητας = δύναμη αντοχής, οπότε όσο πιο δυνατά μας χτυπούν, τόσο πιο ψηλά αναπηδάμε:

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: μπορούμε να μάθουμε να είμαστε ευαίσθητοι, αλλά όχι ευάλωτοι! Σε αυτά τα πλαίσια, μπορούμε επίσης να μάθουμε ΝΑ ΣΥΜΠΟΝΟΥΜΕ ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΣΥΜΠΑΣΧΟΥΜΕ! Οι ανθρώπινες μονάδες στη Γη λειτουργούν έτσι ώστε να υπηρετείται το ΣΧΕΔΙΟ, δηλαδή να ακολουθείται ο ειρμός της θείας ΣΚΕΨΗΣ! Ο Ζευς – Δίας, ο ΝΟΥΣ, εργάζεται για να διατηρήσει τον θείο ειρμό σε Ροή!

Συνέχεια του «ευλογώ και φωτίζω...».

«Αποδέχομαι και Αγαπώ όλα όσα η ψυχή μου επέλεξε ως δυσκολίες – προκλήσεις στην παρούσα ενσάρκωση! Επιθυμώ και μπορώ να ανταποκριθώ επαξίως σε όλες αυτές τις δυσκολίες – προκλήσεις.» (Κάθε πρόκληση αποτελείται από ένα κίνδυνο και από μία ευκαιρία! Από εμάς εξαρτάται να ελαχιστοποιούμε τον κίνδυνο και να μεγιστοποιούμε την ευκαιρία). «Γιατί είμαι Αγάπη, Αλήθεια και Φως! Είμαι ευγνώμων για την θεική Σοφία που με περιβάλλει!» (Ευγνώμονες νιώθουμε όταν το Πνεύμα μας αγκαλιάζει! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί! Να δηλώνουμε την πρόθεσή μας ότι αγαπώ όσα είμαι, αγαπώ όσα έχω και είμαι ευγνωμοσύνη)!

«Αγαπώ τον εαυτό μου, κάνω τον πόνο μου Αγάπη, αποδέχομαι και συν-χωρώ όλα όσα είμαι και μπαίνω μέσα στη Σοφία που με οδηγεί στο Φως! Είμαι στο Φως, το Φως είναι μέσα μου, είμαι το Φως»!

Φως = ΝΟΗΜΑ ύπαρξης, Φώτιση – Γνώση = ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ – διεύρυνση της αντίληψης, που οδηγεί στη ΘΕΩΣΗ = φανέρωση της Αλήθειας σου! Κατόπιν, συμπληρώνεις με την διαδικασία της Συν-χώρεσης – Αλληλοπεριχώρεσης – Εξισορρόπησης (εγώ είμαστε – εμείς είμαι)!

### ΠΑΡΕΜΠΙΠΤΟΝΤΩΣ 1

Αυτή η θετική δήλωση, δηλαδή «ευλογώ και Φωτίζω»..... μπορεί να χρησιμοποιείται επαναληπτικά και σε κάθε φορά που έχετε οποιοσδήποτε Ψυχικές δυσκολίες, στεναχώριες, άγχη, αγωνίες κλπ. για να νιώθετε ανακούφιση! Επίσης, η επαναληπτική χρήση των λέξεων ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, κατά τα γνωστά!

### ΠΑΡΕΜΠΙΠΤΟΝΤΩΣ 2

Όταν έχετε οποιονδήποτε πόνο ή φόβο, ακουμπάτε το δεξί σας χέρι (παλάμη) στην καρδιά σας και λέτε: «πόνε μου, φόβε μου σε αγαπώ!» μέχρι να αισθανθείτε καλύτερα! Επίσης, χρησιμοποιείτε επαναληπτικά, κατά τα γνωστά, τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

### ΠΑΡΕΜΠΙΠΤΟΝΤΩΣ 3

Όταν έχετε οποιονδήποτε πόνο ή φόβο ή όποια άλλη ενόχληση, ακουμπάτε το δεξί σας χέρι (παλάμη) στο 3ο chakra του Ηλιακού πλέγματος και το αριστερό σας χέρι (παλάμη) στην καρδιά σας και λέτε 3 ή 9 φορές το Πάτερ ημών! Έτσι, ενώνετε τον Ουρανό και την Γη μέσα σας! Ταυτόχρονα οραματίζεστε ότι από ένας Ήλιος είναι τοποθετημένος στο 3<sup>ο</sup> και στο 4<sup>ο</sup> chakra σας, με ένα Χριστόγραμμα (ΧΡ) στο πάνω μέρος του καθενός!

Καθιερώστε τούτο και προ του ύπνου σας!

ΕΠΑΝΕΡΧΟΜΑΣΤΕ στην ολοκλήρωση της διαδικασίας του οραματισμού διάλυσης του εσωτερικού δολιοφθορέα (πριν από τα 3 παρεμπιπτόντως):

Μόλις ολοκληρωθεί η προαναφερθείσα εμπειρία αποθέτει νοερά στο πάτωμα την ενέργεια του εσωτερικού σαμποτέρ (φωτογραφία Α) όπως σου εμφανίζεται και ακολούθως ανεβαίνεις επάνω της και με τα δύο σου πόδια κυριαρχικά και με Αγάπη (και σεβασμό, διότι είναι μέρος του εαυτού σου). Δηλώνεις στην ενέργεια αυτή, ότι πλέον αρνείσαι να κυριαρχεί αυτή σε σένα και ότι επιθυμείς να κυριαρχείς εσύ σε αυτήν, ζητώντας παράλληλα τη συνεργασία της ως προς αυτό τον σκοπό, με Αγάπη! Δηλώνεις την πρόθεσή σου στο σύμπαν ότι όλο αυτό γίνεται με Αγάπη! Με Αγάπη καθαρή χωρίς προσμίξεις επιθυμίας!



Ταυτόχρονα, δηλώνεις την πρόθεσή σου στο σύμπαν ότι η θετική – Φωτεινή ενέργεια της φωτογραφίας Β κυριαρχεί πλέον στη ζωής σου, με Αγάπη, ευγνωμοσύνη, πληρότητα, ευδαιμονία και όλες τις χάρες και τις χαρές που απλόχερα χαρίζει το Πνεύμα, δηλαδή ο Θεός!

*Σημείωση:* με όλα αυτά, υπηρετούνται τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής σας και της υγείας σας, δηλαδή η κατάσταση φωτογραφίας Β μέσα σας! Αλλάξτε τον τρόπο της σκέψης σας προς το καλύτερο και όλα θα πάνε καλύτερα!

Τελικά, η αποτοξίνωση του εγκεφάλου από τον εσωτερικό σαμποτέρ κλείνει ως εξής: «η πρόθεσή μου είναι παλιέ, σκοτεινέ μου εαυτέ, να σε απελευθερώσω με Αγάπη και ευγνωμοσύνη! Εγώ είμαι πλέον στο Φως! Σε ευχαριστώ, δεν σε χρειάζομαι πλέον! Σε αφήνω πίσω μου οριστικά»!

Η άσκηση αυτή καλό είναι να γίνεται κάθε μέρα επί μακρόν! Αν δυσκολεύεστε χρονικά, να γίνεται τουλάχιστον μία φορά την εβδομάδα και οπωσδήποτε όταν βιώνετε εσωτερική σύγκρουση! Επίσης, για τον ίδιο λόγο, να λέτε τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ επαναληπτικά κατά τα γνωστά!

ΜΕ ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ μαθαίνετε να διαχειρίζεστε αυτό που σας συμβαίνει και ενδεχομένως οδηγεί όλη την οικογένειά σας στο χάος και την απόγνωση! Μέχρι να ολοκληρώσετε την αποτοξίνωση αυτή και παραμένετε στον έλεγχο του εσωτερικού σας σαμποτέρ, να ξέρετε ότι και πάλι ευλογημένοι είστε!

Έτσι, σταδιακά θα μάθετε να αντιστέκεστε επιτυχώς σε ό,τι αντιστέκεται στη ζωή μέσα σας, διότι 2 αρνήσεις = 1 κατάφαση, δηλαδή από την άρνηση της φωτ/φίας Α περνάτε στην αποδοχή της κατάστασης της φωτ/φίας Β!

#### ΠΑΡΕΜΠΙΠΤΟΝΤΩΣ 4

ΔΙΑΛΥΣΗ ΦΟΒΟΥ ΜΕ ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟ του 2ου chakra ως εξής:

Οραματίζεσαι ότι το 2ο chakra σου είναι μία λιμνούλα όπου υπάρχει ένα δελφίνι που σε κοιτάζει! Ζητάς από το δελφίνι να καθαρίσει με τη φωνή του τα ΕΣΩΤΕΡΙΚΑ ΣΟΥ ΥΔΑΤΑ από κάθε φόβο!

*Σχόλιο ουσίας:* Ζούμε για να νικάμε τον πόνο-φόβο και για να ρίχνουμε Φως στα σκοτάδια με Αγάπη και ευγνωμοσύνη! Η ζωή ολόκληρη είναι ένας αγώνας για το ξεπέρασμα του πόνου-φόβου! Η μητέρα-μήτρα μας γεννάει για να αντιμετωπίσουμε τον πόνο-φόβο και να τον ξεπεράσουμε!

Για τον λόγο αυτό να χρησιμοποιείτε και τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ επαναληπτικά, κατά τα γνωστά!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10ο

### ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΠΝΕΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗΣ

Η Πνευματοποίηση είναι μετουσίωση. Μετουσίωση σημαίνει αύξηση της κραδασμικής συχνότητας μίας «ουσίας». Οπότε μία «ουσία» μεταβάλλεται σε κάποια άλλη «ουσία», αιθεριότερη και ευγενέστερη!

**ΕΡΩΤΗΜΑ:** Πως να συνδέω την καθημερινότητά μου με το Πνεύμα, δηλαδή

τον Θεό;

**ΑΠΑΝΤΗΣΗ:** Να Πνευματοποιείς την ύλη!

Να μετατρέπεις την ενέργεια της ύλης σε ενέργεια Νου! Η γήινη εμπειρία παράγει Νου – Συνείδηση – Επίγνωση. Όλη αυτή η διαδικασία είναι πνευματοποίηση! Θα μπορούσε να διατυπωθεί και ως εξής: εμπειρία – έμπρακτη Γνώση – Συνείδηση – Φώτιση (κατανόηση) – Θέωση. Η νόηση ως διευθυντήριο όργανο!

Αναλυτικότερα: Η αποστολή μας είναι να υπερνικούμε τα δεσμά της ύλης και να είμαστε ελεύθεροι! Όταν κατανοείς την ύλη, την κάνεις νου, δηλαδή επίγνωση, δηλαδή ενέργεια, οπότε ελευθερώνεσαι και μαζί με εσένα ελευθερώνεται και ο πλανήτης Γη! Ο Ζεус είναι ο νους μας, ο ενοικών Ζεύς! Σκέψου, σκέψου, σκέψου! Η σκέψη βοηθάει να αναδείξουμε τη ζωή σε θαύμα ή σε μαρτύριο! Σε Παράδεισο ή σε Κόλαση Η επιλογή είναι δική μας. Διότι έχουμε την ελευθερία της απόφασης – στάσης! Όπου, στάση = απόφαση και συνέπεια στην εφαρμογή της. Έτσι, μπορούμε να επιτύχουμε την πνευματική μας αυτό-μεταρρύθμιση! Η κινητήρια δύναμη είναι οι διαφορές ανάμεσα στις ποιότητες – αξίες – ουσίες!

**ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ:** μπορούμε να είμαστε Κύριοι του πεπρωμένου μας! Επίσης, κανείς δεν μπορεί να μας αφαιρέσει την αξιοπρέπειά μας, αν δεν την παραδώσουμε εμείς! Είμαστε ο βασιλιάς της προσωπικότητάς μας, ο νους αυτοκράτωρ, η οδηγός συνείδηση που παράγει το Αυτεξούσιο του ανθρώπου. Η νόηση ως διευθυντήριο όργανο! Μέσω των αλλαγών, μαθαίνουμε και μέσω των μαθημάτων αναπτυσσόμαστε! Τα λάθη είναι ο οδηγός της ζωής μας! Η μόνη χαρά που μένει είναι η χαρά που δίνουμε στους άλλους (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Έτσι, νιώθουμε τη χαρά της αυτοεκπλήρωσης, νιώθουμε γεμάτοι (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Τι προτιμάς να έχεις, σκουλήκια στην καρδιά και στον νου ή ΦΩΣ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΤΗΤΑΣ; (κατάσταση φωτογραφίας Β). Στα πλαίσια αυτά χρειάζεται η Λογική για να πάνε όλα καλά. Η Συνειδητή, Λογική διαχείριση! Μόνον ο ορθολογισμός σώζει! Συνείδηση = η υποκειμενική επίγνωση των καταστάσεων του νου! Συνειδητοποιώ ότι έχω Συνείδηση. Το κρίσιμο κατόρθωμα είναι η συνειδητοποίηση του εκάστοτε προβλήματος! Για να γίνει η ύλη νους πρέπει να κατανοήσει τι συμβαίνει = η ύλη γίνεται νους = ΠΝΕΥΜΑ = ΕΝΕΡΓΕΙΑ! Να μετατρέπουμε την ενέργεια της ύλης σε νου! Αυτή είναι η διαχείριση της ενέργειας της ύλης, πώς θα την κατανοήσουμε και θα την κάνουμε νου – Πνεύμα και επίτευξη ελευθερίας. Οπότε, κάποιος θα ελευθερωθούν, για να ελευθερώσουν και άλλους! ΚΑΤΑΝΟΟΥΜΕ ΜΕΣΩ ΤΩΝ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ ΜΑΣ και έτσι μετατρέπουμε την ύλη μας σε νου – Πνεύμα – Ψυχή = ενοικούσα Διάνοια – ενοικούσα Συνείδηση – Εγώ Ειμί Παρουσία = η Πνευματική μονάδα μας, δηλαδή η ρίζα μας στον χώρο και στον χρόνο! Έτσι η ψυχή είναι ο νους του νου! Έτσι χρειάζεται να τιθασεύσουμε τα συναισθήματά μας, χωρίς να τα καταπνίξουμε! Η νοητική ευελιξία του ανθρώπου εξαρτάται από την ταχύτητα μετατροπής των συναισθημάτων του σε νου!

Ο πυρήνας μας είναι η ύλη – Γη, το ασυνείδητο, το χθόνιο, το υπόγειο που γίνεται Ουράνιο ΚΑΤΑΝΟΩΝΤΑΣ ΤΑ ΣΥΜΒΑΙΝΟΝΤΑ, τι συμβαίνει! Ουράνιο και χθόνιο είναι ΕΝΑ! Τα σύνορά τους είναι ασαφή! Ο Πλούτων – Άδης – υποσυνείδητο – ασυνείδητο – κυτταρική μνήμη είναι ο συλλέκτης όλων των εμπειριών και τις επεξεργάζεται, τις συγχωνεύει! Στον Άδη η εμπειρία τυγχάνει επεξεργασίας, συμπυκνώνεται σε ΣΥΜΒΟΛΑ και με τη μορφή ΝΟΗΤΙΚΩΝ ΑΡΧΕΤΥΠΩΝ (που προέρχονται από τα ανώτερα πνευματικά πεδία) εντάσσεται στο ΣΥΛΛΟΓΙΚΟ ΑΣΥΝΕΙΔΗΤΟ! Ακολουθώντας, το συλλογικό ασυνείδητο γίνεται

ΟΥΡΑΝΙΟ ΣΩΜΑ όπερ έδει δείξαι!

**ΕΡΩΤΗΜΑ:** Σε εξαιρετικά ψυχοπαιστική - οδυνηρή κατάσταση, πως να Πνευματοποιήσω;

**ΑΠΑΝΤΗΣΗ:** Μπαίνεις στο κέντρο σου, με χαλαρές, βαθιές, αβίαστες αναπνοές και χαμόγελο, κάθεται στο θρόνο της καρδιάς σου, δηλαδή συνδέεται με την ΕΓΩ ΕΙΜΙ ΠΑΡΟΥΣΙΑ σου και βλέπεις τον ομορφιά και την Αγάπη (η Αγάπη είναι Φως Ρόδινο με χρυσές προσμίξεις) που εκδηλώνεις και απλώνεις γύρω σου! Έτσι, διαλύεται η ενοχικότητά σου! Παράλληλα σκέπτεσαι ως εξής: δεν μπορεί να είναι όλα τόσο καλά οργανωμένα στην υλική υπόσταση του ανθρώπου και μετά τον θάνατο να ακολουθεί το τίποτα! Η αντίληψη ότι μετά τον θάνατο ακολουθεί το τίποτα είναι ο κατεστημένος μηδενισμός! Οι άνθρωποι αυτοί είναι γατζωμένοι στο εξωτερικό πεδίο, στο ΦΑΙΝΕΣΘΑΙ! Ο θάνατος δεν είναι το τέλος, υπάρχει η συνέχεια της συνείδησης!

### ΘΕΤΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΓΙΑ ΠΝΕΥΜΑΤΟΠΟΙΗΣΗ

**1)** Ενώπιον του καθρέφτη, το πρωί λέτε:

Είμαι ο γιος ή η κόρη του Ήλιου και σκορπώ το Φως του Κόσμου γύρω μου, όπου κι αν πηγαίνω - βρίσκομαι! Είμαι θησαυρός, είμαι το Φως του Κόσμου, είμαι ευλογημένος/η! Είμαι αληθινός/ή και περπατώ στον δρόμο της Αγάπης! Είμαι γλυκός/ιά, είμαι ένδοξος/η!

**2)** Λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν ότι αφήνω πίσω μου τα σκοτάδια και μεταβαίνω οριστικά στο Φως! Φως = ΝΟΗΜΑ, Φώτιση = ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ - ΕΠΙΓΝΩΣΗ = ΔΙΕΥΡΥΝΣΗ αντίληψης, η οποία τελικά μπορεί να φτάσει την ΘΕΩΣΗ και απαιτεί μία γενναία καρδιά! Ο φόβος παρεμποδίζει την κατανόηση! Αυτή η θετική δήλωση να επαναλαμβάνεται 4 φορές X 4 φορές ημερησίως, για άριστη αποτελεσματικότητα! Ακολουθώ, να λέτε τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ - ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ επαναληπτικά, κατά τα γνωστά!

**3)** Λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, να αποδυναμώνω τα σκοτεινά, για να βρίσκει χώρο το Φως μέσα μου και γύρω μου! Παράλληλα δυναμώνω το Φως μέσα μου και γύρω μου! Ακολουθώ, να λέτε τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ - ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ επαναληπτικά, κατά τα γνωστά!

**4)** Κοιτάζεις γύρω σου και χαλαρώνεις σκεπτόμενος/η το Φως και την Αγάπη την οποία σκορπίζεις γύρω σου! Μάθε να κολυμπάς ευδαιμονικά στη θάλασσα της Αγάπης που εσύ απλώνεις ολόγυρά σου, αρχίζοντας από τον εαυτό σου! Η Αγάπη σου είναι μεγάλη και αποτελεσματική, όσο κι αν εσύ δεν το πιστεύεις και όμως κάνει θαύματα καθημερινά, αν και άγνωστα ακόμη σε σένα! Δεν έχεις ιδέα πόσες ζωές επηρεάζεις ευεργετικά, είτε συνειδητά, είτε χωρίς να το συνειδητοποιείς, προς την ΔΙΕΥΡΥΝΣΗ της αντίληψής τους! Επωφελήσου από τις ευεργετικές συνέπειες της δόνησης της Αγάπης!

**5)** Οραματίζεσαι ότι ανοίγεις την καρδιά σου και αφήνεις να ξεχύνεται, να αναβλύζει η θάλασσα της Αγάπης που πλημμυρίζει εσένα και όλους, και τα πάντα γύρω σου, με τη μορφή ρόδινης ενέργειας με χρυσές κηλίδες – προσμίξεις! Αυτό είναι το χρώμα της ενέργειας της Αγάπης! Η αληθινή θεϊκή Αγάπη είναι ανώτερη νοημοσύνη και συνίσταται από ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ – κριτική ΣΥΜΠΟΝΙΑ και ΕΛΕΟΣ! Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Το έλεος είναι ευγενής ιδιότητα. Γνωρίστε την ισχύ του ελέους!

ΣΥΜΠΟΝΟΥΜΕ ΚΡΙΤΙΚΑ ΑΛΛΑ ΔΕΝ ΣΥΜΠΑΣΧΟΥΜΕ! Δεν μετέχουμε στο δράμα ματαιώς!

**6)** Καθιερώστε, όταν πίνετε νερό να κάνετε τις εξής σκέψεις:

**α)** Δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου να γεμίζω το ποτήρι μου με ενέργεια Αγάπης χρώματος Ροζ με χρυσές κηλίδες – προσμίξεις, από την καρδιά μου!

**β)** Δηλώνω την πρόθεσή μου να πίνω Αγάπη, να αφομοιώνω Αγάπη, να είμαι Αγάπη! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά μου να πάνε μαζί!

**7)** Λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου να ανοίγω την καρδιά μου και να δέχομαι αυτό που έρχεται για μένα, χωρίς να προβάλλω αντιστάσεις! Δηλώνω την πρόθεσή μου να αφεθώ στην αγκαλιά του Πνεύματος χωρίς να οδύρομαι και να κλοτσάω! Ανοίγω και δέχομαι με ευγνωμοσύνη και πλήρη εμπιστοσύνη – πίστη! «Και τα καλά και τα κακά δεχούμενα», «τα βάσανα είναι για τους ανθρώπους» λέει ο λαός! Κάνω ΑΠΟΔΟΧΗ, δηλαδή αφήνομαι στη ροή της ενέργειας, στη ροή της ζωής!

**8)** ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ ΣΤΑΣΗΣ

*Σκέπτεστε ως εξής:* Ό,τι μου συμβαίνει σήμερα και κάθε μέρα αποσκοπεί στην Πνευματική μου ανάπτυξη – δημιουργική μου εξέλιξη! Από τη στάση μου εξαρτάται τούτο, δηλαδή το να μετατρέψω το εν δυνάμει σε εν ενεργεία! Εμείς αποφασίζουμε – επιλέγουμε τι επιτρέπουμε και τι δεν επιτρέπουμε να κάνει ο εαυτός μας, τόσο για πράξεις, όσο και για παραλείψεις!

*Σημείωση:* καλό ή κακό, επιθυμητό ή ανεπιθύμητο αυτό που μου συμβαίνει είναι πάντα καλό για την Ψυχή μου! Από τη στάση μου εξαρτάται! Δεν έχει σημασία αυτό που μας συμβαίνει, αλλά το πως εμείς ανταποκρινόμαστε σε αυτό! Η ΔΙΑΒΙΩΣΗ ΕΙΝΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ! Όλα είναι κατάσταση πνεύματος (etat d' esprit, state of mind)! Η κόλαση και ο παράδεισος βρίσκονται μέσα μας! Από την σκέψη μας, επιλογή μας εξαρτάται τι θα εκηλωθεί!. Στο βάθος, η ζωή είναι αιώνια και γεμάτη χαρά ( κατασταση φωτ/φιας Β)!

*Πρακτικό συμπέρασμα:* Δεν δίνουμε σημασία στις προσβολές εναντίον μας, τις αγνοούμε, και δηλώνουμε την πρόθεσή μας στο σύμπαν να είμαστε καλά ό,τι κι αν συμβαίνει, διότι δεν αξίζει τον κόπο να ανταποδώσουμε (don't let him provoke you)! Αγνοήστε τον! Η φράση που θα σας βοηθήσει ενεργειακά προς τούτο είναι η εξής: Δηλώνω την πρόθεσή μου με την καρδιά μου στο σύμπαν ότι ο θεός μέσα μου αναγνωρίζει, χαιρετά και ευλογεί τον θεό μέσα σου συνάνθρωπε!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: Νάμαστε!

### **9) ΤΟ ΙΕΡΟ ΣΥΜΒΟΛΑΙΟ ΜΕ ΤΟ ΦΩΣ**

Λέτε: Δηλώνω στο σύμπαν την πρόθεσή μου να ξεκλειδώσει και να ανοίξει η θύρα επικοινωνίας μου με το βασιλείο των Αγγέλων του Φωτός, ώστε να επικοινωνώ συνειδητά με τον Άγιο φύλακα Άγγελό μου, τον Ανώτερο θεϊκό Εαυτό μου και τα Άγια Πνεύματα του Δημιουργού! Να λαμβάνω την καθοδήγηση που χρειάζομαι την κάθε στιγμή στο εσωτερικό και στο γήινο μονοπάτι! Να είμαι συνειδητός δέκτης και αγωγός των θείων δώρων του Φωτός, της Αγάπης, της Χάρης και του Ελέους! Να μοιράζομαι τα δώρα αυτά με όλη τη Δημιουργία, σύμφωνα με τη θεία καθοδήγηση και να εργάζομαι για την υλοποίηση του θείου ΣΧΕΔΙΟΥ στη Γη!

Συνδημιουργώ όλα αυτά με το Πνεύμα, σύμφωνα με το ανώτερο καλό όλων και με τον νόμο της Αβλάβειας και αναλαμβάνω την ευθύνη της συν-δημιουργίας μου! (Αγάπη και Φως, Γέγονε!) και έτσι είναι Αμήν!

### **10) Ο ΑΠΟΛΥΤΟΣ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΟΣ ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ «SOS»**

Κάνετε πρώτα ότι καλύτερο μπορείτε και μετά παραδίνεστε – αφήνεστε με εμπιστοσύνη στα χέρια του θεού, ως εξής:

Δηλώνετε την πρόθεσή σας στο σύμπαν και ζητάτε με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ σας να παραδίνεστε αποφασιστικά και οριστικά στο έλεος του Θεού, στο έλεος του Κυρίου! Τολμήστε να παραδοθείτε απόλυτα! Να παραδώσετε απόλυτα κάθε πιθανό δικό σας ξεχωριστό αίτημα στον Πατέρα-Μητέρα Δημιουργό! Εξάλλου, όλοι είμαστε στο έλεος του Θεού, στο έλεος του Κυρίου!

Λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, να ικανοποιήσω απόλυτα τα αιτήματα της καρδιάς του Πατέρα-Μητέρας Δημιουργού, τα δικά Του αιτήματα και όχι τα δικά μου, γιατί δεν είμαι εγώ, αλλά Αυτός! Η ΠΗΓΗ ΤΗΣ ΖΩΗΣ! Παραδίνομαι απόλυτα στα χέρια Του! Το θέλημά μου είναι το δικό Του ΘΕΛΗΜΑ και δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, να το ικανοποιήσω!

Αποφεύγω να αντιστέκομαι σε αυτό!

Η στάση μου είναι: Γεννηθήτω Κύριε το ΘΕΛΗΜΑ Σου, μέσα από εμένα! Συνδημιουργώ αυτό με το Πνεύμα, σύμφωνα με τον νόμο της Αβλάβειας και αναλαμβάνω την ευθύνη της συν-δημιουργίας μου! (Αγάπη και Φως, Γέγονε!) και έτσι είναι Αμήν!

Οι ανθρώπινες μονάδες στη Γη λειτουργούν έτσι ώστε να υπηρετείται το ΣΧΕΔΙΟ, δηλαδή να ακολουθείται ο ειρμός της θείας ΣΚΕΨΗΣ! Το μεγάλο ΣΧΕΔΙΟ δεν λειτουργεί καταναγκαστικά. Το ζητούμενο είναι να συλλάβει το ΣΧΕΔΙΟ ο άνθρωπος και να το υλοποιήσει, ως αποτέλεσμα της δικής του ΑΛΗΘΕΙΑΣ, εθελοντικά!

ΣΧΟΛΙΑ ΟΥΣΙΑΣ: Όσο περισσότερο θέλετε να κάνετε το θέλημα του Πατέρα-Μητέρας Δημιουργού που είναι ΑΓΑΠΗ, τόσο περισσότερο θα γίνεται το δικό σας θέλημα! Πρόκειται για έναν συντονισμό του ατομικού με το Θείον! Τούτο διότι: το θέλημα του Πατέρα-Μητέρας Δημιουργού είναι το θέλημα του Ανώτερου θεϊκού Εαυτού σας, που είναι Αγάπη! Γεννηθήτω Κύριε το ΘΕΛΗΜΑ ΣΟΥ μέσα

από εμένα, δηλαδή να γίνει ένωσή μου με τον Ανώτερο, Θείκό Εαυτό μου, ο οποίος είναι συνδεδεμένος με την ΠΗΓΗ ΤΟΥ ΘΕΙΟΥ ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ, δηλαδή με τον Πατέρα – Μητέρα Δημιουργό. Αυτά επιτυγχάνονται μέσω του 7<sup>ου</sup> chakra μας! Σημειωτέον ότι αυτό είναι το παράδειγμα που έδωσε ο Ιησούς Χριστός ο Ναζωραίος με την θυσία Του! Αλλά δυστυχώς, το παράδειγμα αυτό δεν κατανοήθηκε και παρερμηνεύτηκε! ΠΑΡΑΜΕΛΗΘΗΚΕ! Αυτό που είπε ο Ιησούς Χριστός, αλλιώς αποδόθηκε, αλλιώς κατανοήθηκε! Τούτο μας γνωστοποίησε ο ίδιος ο Ιησούς Χριστός σε ανώτερη πνευματική επικοινωνία μαζί Του! Το παράδειγμα να δεχόμαστε καθοδήγηση από τον Ανώτερο – Θεικό Εαυτό μας, μέσω της Συνειδητής επιδίωξης, να συνδεόμαστε μαζί Του! ώστε δι' Αυτού να συνδεόμαστε με την Πηγή του θείου ΘΕΛΗΜΑΤΟΣ, δηλαδή με τον Πατέρα – Μητέρα Δημιουργό των πάντων, ώστε να θέλουμε ό,τι θέλει ΕΚΕΙΝΟΣ! ΤΟ ΘΕΛΗΜΑ του Πατρός είναι το αληθινό μας ΘΕΛΗΜΑ! Γι' αυτό αποδεχτείτε το και παραδοθείτε σε αυτό! Καθώς θα γίνεστε ΕΝΑ με αυτό, θα το αντιληφθείτε! ΤΟ ΘΕΛΗΜΑ του Πατρός είναι η ΑΓΑΠΗ!

Τέλος, σας γνωστοποιώ την εξής οδηγία που μας έδωσε το Πνεύμα: Παραδώστε σε εμάς κάθε πρόβλημα και κάθε ζητούμενό σας και θα διευθετηθεί με τον καλύτερο τρόπο!

Δηλώστε την πρόθεσή σας στο σύμπαν ότι είστε Ευγνωμοσύνη, ότι είστε Εμπιστοσύνη και ότι είστε Αποδοχή του εαυτού σας και της βοήθειας από το Πνεύμα! Η εμπιστοσύνη είναι Αγάπη, δεν είναι ευπιστία! Όταν εξαφανίζεται η αμφιβολία, τότε παύει να υπάρχει και η ευπιστία! Χρειάζεται να αφεθείτε με εμπιστοσύνη στο Πνεύμα – στο Θεό! Η απόλαυση της ηρεμίας – γαλήνης που γεννά αυτή η εμπιστοσύνη θα είναι το λιγότερα που θα αποκομίσετε! Εμπιστοσύνη είναι να νιώθεις ασφαλής με κάποιον ή με κάτι! Η ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΕΜΠΝΕΕΤΑΙ, ΔΕΝ ΕΠΙΒΑΛΛΕΤΑΙ! Ασφάλεια = προ-στασία!

Εξυπακούονται δύο πράγματα, τα εξής:

**α)** ότι εφόσον παραδώσετε κάτι, δεν ασχολείστε πλέον με αυτό, παρά μόνο αν έχετε καθοδήγηση από το Πνεύμα να δράσετε με συγκεκριμένο τρόπο!

**β)** ότι η αποδοχή των μερών του εαυτού σας, δεν σημαίνει ότι παραδίνεστε παθητικά στην εξουσία τους! Αντιθέτως, αποκαθιστάτε ενεργητικά την εσωτερική σας ισορροπία αποδεχόμενοι την κατάσταση ΟΠΩΣ ΕΙΝΑΙ, οπότε δεν έχετε φθορά! Λέγετε παράλληλα τον Νόμο της αποδοχής, κατά τα γνωστά!

**11)** Λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, να εργάζομαι απαλλαγμένος/η εντελώς από κάθε επιθυμία, πόθο ή προσδοκία των ποσοτικών αποτελεσμάτων των ενεργειών μου! Να δίνω σημασία μόνο στην Ουσία, δηλαδή στην ψυχική πληρότητα που παράγεται από την εσωτερική ικανοποίηση συναισθηματικά, ηθικά, σωματικά και την ικανοποίηση που προκύπτει από τη γνώση μου ότι υπάρχει Ελπίδα και προοπτική στη ζωή μου! Δείτε για τον σπόρο της Ελπίδας, στο 9ο κεφάλαιο, εφαρμογές νοητικής εικονοπλασίας στη διαχείριση του πόνου, στο 2<sup>ο</sup> μέρος του παρόντος.

**12)** Λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ

μου, να εμπιστεύομαι απόλυτα την εσωτερική μου καθοδήγηση, τους Αγγέλους, τους Αρχαγγέλους (ΑΑ), τους Δασκάλους, τον Ανώτερο θεϊκό Εαυτό μου, τον φύλακα Άγγελό μου και όλο το Αγγελικό βασίλειο! Αφήνω τον εαυτό μου στα χέρια του Πνεύματος, δηλαδή του Θεού, χωρίς φόβο και πάθος και με πλήρη Εμπιστοσύνη, για ό,τι καλύτερο – καταλληλότερο για εμένα! Εμπιστοσύνη είναι να νιώθεις ασφαλής με κάποιον ή με κάτι! Η ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΕΜΠΝΕΕΤΑΙ, ΔΕΝ ΕΠΙΒΑΛΛΕΤΑΙ!

**13)** Οραματίζεστε ότι μία ομάδα Πνευματικών οντοτήτων χειρίζονται νοερά *compresseurs*, τα οποία θρυμματίζουν το χώρισμα μεταξύ του συνειδητού και του υποσυνειδήτου σας! Έτσι, διευκολύνεται η άνοδος υποσυνείδητων απωθημένων στο συνειδητό σας και προκύπτει ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ και συνειδητή Λογική διαχείριση, με ανακουφιστικές θεραπευτικές συνέπειες!

Προσκαλέστε να σας βοηθήσουν οραματικά με τα *compresseurs* τους: ο ΑΑ Μιχαήλ, ο ΑΑ Μέτατρον, ο ΑΑ Ραφαήλ (ο θεραπευτής του Θεού), ο Ανώτερος θεϊκός Εαυτός σας, οι Πνευματικοί σας οδηγοί και οι φύλακες Άγγελοί σας!

**14)** Οραματίζεστε την εξής θεραπευτική εικόνα: οι δυσκολίες της ζωής ισοδυναμούν με μία φυλακή, η οποία όμως είναι ανοιχτή στην οροφή της, στο επάνω της μέρος, δηλαδή η έξοδος – απελευθέρωση είναι μόνο προς τα επάνω, προς το Πνεύμα, προς την Πνευματοποίηση!

Αναλυτικότερα: Μάθετε να χαίρεστε την Ελευθερία της φυλακής σας, Ελευθερία που επιτρέπουν οι δυνάμεις που σας φυλακίζουν, με διεύρυνση των επιτρεπόμενων ορίων! Το κλειδί γι' αυτήν την εργασία είναι το ύδωρ, διότι αυτό που κρατά τη μνήμη, είναι το νερό και το στοιχείο του νερού είναι αυτό που θα βοηθήσει την εργασία σας! Κανένα άλλο στοιχείο δεν είναι τόσο θαυματουργό όσο το νερό! Η ομορφιά και η υγεία θεωρούνται τέκνα του νερού! Ο Ποσειδών φέρει το νερό που είναι η μνήμη και τα συναισθήματα. Ο Ζευς – Δίας είναι ο συνθετικός και αναλυτικός Νους μας! Σκέψου, σκέψου, σκέψου!

Κατανοούμε μέσω των συναισθημάτων μας και έτσι μετατρέπουμε την ύλη μας σε Νου – Πνεύμα – Ψυχή – Ενοικούσα Διάνοια – Συνείδηση. Η ψυχή ως Νους του Νου! Χρειάζεται διαχείριση της ενεργείας και του πώς θα την κατανοήσεις και θα την κάνεις Νου – Πνεύμα και επίτευξη Ελευθερίας! Έτσι κάποιοι θα ελευθερωθούν για να ελευθερώσουν τους άλλους! Η αποστολή μας είναι να υπερνικούμε τα δεσμά – τον πόνο της ύλης και να είμαστε ελεύθεροι από τον φόβο του θανάτου. Όταν κατανοείς την ύλη, την κάνεις Νου, δηλαδή ενέργεια επίγνωσης, οπότε ελευθερώνεσαι και μαζί με εσένα ελευθερώνεται και ο πλανήτης Γη! Για να γίνει η ύλη Νους πρέπει να κατανοήσεις τι συμβαίνει, οπότε η ύλη γίνεται Νους = Πνεύμα – ενέργεια! Ο πυρήνας μας είναι το χθόνιο σώμα μας (ύλη – Γη – ασυνείδητο) που γίνεται Ουράνιο σώμα μας κατανοώντας τα συμβαίνοντα!

**15)** Οραματίζεστε ότι ένας Ήλιος, με το Χριστόγραμμα ΧΡ στο πάνω του μέρος, είναι τοποθετημένες στο 3<sup>ο</sup> chakra (το γήινο εγώ σας) και ένας Ήλιος με το Χριστόγραμμα ΧΡ στο πάνω του μέρος, είναι τοποθετημένος στο 4<sup>ο</sup> chakra (το ουράνιο ΕΓΩ σας). Κατόπιν τοποθετείτε την δεξιά σας παλάμη στο 3<sup>ο</sup> σας chakra και την αριστερή σας παλάμη στο 4<sup>ο</sup> σας chakra! Κατόπιν, λέτε το Πάτερ ημών 9 φορές!

Τα επτά (7) άρθρα του Πάτερ ημών είναι το καθένα ένας κλειδαριθμός, ένα pin που ξεκλειδώνει και ενεργοποιεί από ένα chakra, από το 7<sup>ο</sup> έως το 1<sup>ο</sup>!

**SOS.** Σε οποιοδήποτε πρόβλημά σας μπορείτε να χρησιμοποιείτε αυτήν την Πνευματική άσκηση! Έχει εξαιρετικά αποτελέσματα, διότι ενώνει τον Ουρανό με τη Γη μέσα μας! Το ίδιο ισχύει και με την επαναληπτικά χρήση των λέξεων: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11ο

### ΘΕΤΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΥΓΕΙΑΣ

(με αυτές διατάσεις – προγραμματίζεις τον εαυτό σου να είναι υγιής)

#### 1) Λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, όπως όλα τα σώματά μου (ενεργειακά πεδία μου) συντονίζονται – -εναρμονίζονται με τον βηματισμό ροής της Ψυχής μου, 24 ώρες το 24ωρο, εφ' όρου ζωής μου στον κόσμο της υλικής μορφής!

#### 2) Λέτε την παρακάτω θετική δήλωση:

Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι «*Η απόλυτη υγεία είναι κτήμα μου και ο νόμος της αρμονίας λειτουργεί στο σώμα και στην ψυχή μου*»! Πολλές επαναλήψεις καθημερινά (9 φορές x 3 φορές ημερησίως ή και περισσότερα σετ των 9 φορών, αν επιθυμείτε).

Παραλλαγή στο ίδιο θέμα έχει ως εξής: δηλώνω την πρόθεσή μου ότι *δίνω εντολή στην ενέργεια για τελειότητα και εναρμόνιση του φυσικού μου σώματος, ΤΩΡΑ!!!*

Αυτές οι δύο παραλλαγές είναι προτιμητέες, διότι είναι εξαιρετικά αποτελεσματικές!

3) Η συνειδητή Λογική διαχείριση της ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗΣ είναι ο σπόρος και το λίπασμα των ευχών και των προσευχών μας! Η Ευγνωμοσύνη ανάγει τους δρόμους μας στη ζωή! Όταν είμαστε Ευγνωμοσύνη, μας αγκαλιάζει το Πνεύμα! Στην καρδιά μας να υπάρχει Αγάπη και ευγνωμοσύνη!

Όταν προσεύχεστε ή ζητάτε οτιδήποτε από τον Θεό – ΤΟ Πνεύμα, να καταλήγετε πάντα ως εξής: «Δηλώνω ότι είμαι Ευγνωμοσύνη, είμαι Εμπιστοσύνη και Αποδοχή του εαυτού μου και όσων ζήτησα από το Πνεύμα, τον Θεό»! Έτσι, η θετική απάντηση του Πνεύματος στο αίτημά σας θα βρίσκει κατάληξη σε εσάς και όχι σε κάποιον άλλον, ο οποίος δεν αξίζει όσο εσείς, αλλά έχει Αποδοχή για τον εαυτό του!

#### 4) Η ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕ ΤΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΦΙΔΑΚΙ ΤΟΥ ΔΙΟΣ ΥΨΙΣΤΟΥ

Οραματίζεστε ότι ένα φιδάκι οποιουδήποτε χρώματος (π.χ. σμαραγδένιο, της θεραπείας) κουλουριάζεται πάνω την πάσχουσα ή πονεμένη περιοχή του σώματος, ή στην καρδιά σας ειδικότερα, προκειμένου να χαλαρώσει η ψυχική ένταση ή στεναχώρια!

Με την πρόθεσή σας και την παράκλησή σας στο σύμπαν, με όλη τη Δύναμη του



ΕΙΝΑΙ σας, να έρθει καθώς προείπαμε το φιδάκι και να δράσει θεραπευτικά για εσάς ή για κάποιον άλλο!

Η μέθοδος αυτή έχει πολύ καλύτερα αποτελέσματα το απόγευμα ή τη νύχτα! Όμως, μπορεί να χρησιμοποιείται και κατά την ημέρα, αν είναι ανάγκη!

**5)** Οραματίζετε την πάσχουσα ή πονεμένη περιοχή διαποτισμένη με λαμπρό Φως: είτε ιόχρου (μοβ, βιολετί), είτε ροζ με χρυσές προσμίξεις, είτε σμαραγδένιο Φως του θεραπευτή του Θεού ΑΑ Ραφαήλ, είτε λαμπρό λευκό Φως της θεϊκής θεραπείας, είτε με λαμπρό χρυσό Φως, είτε διαδοχικά με όλα αυτά τα χρώματα Φωτός!

Οραματίζετε ταυτόχρονα ότι η βλάβη της πάσχουσας – πονεμένης περιοχής έχει τη μορφή μαύρου καπνού, ο οποίος εξέρχεται από αυτήν και ανεβαίνει ψηλά στο πεδίο του λαμπρού λευκού θεϊκού Φωτός της θεραπείας, όπου διαλύεται με την μορφή πολύχρωμων πυροτεχνημάτων!

Οραματίζετε επίσης σφαιρικά μόρια φωτισμένα όπως προηγουμένως είπαμε, που γράφουν επάνω τους τη λέξη ενδορφίνες, να κατακλύζουν την πάσχουσα-πονεμένη περιοχή! Όσο μεγαλύτερη η διάρκεια του οραματισμού και όσο ισχυρότερος ο οραματικός φωτισμός, τόσο καλύτερα και τα αποτελέσματα!

Όλα τα παραπάνω ισχύουν τόσο για τον εαυτό σας, όσο και για τους άλλους που θέλετε να θεραπεύσετε, ιδίως αν πρόκειται για μητέρες που θέλουν να θεραπεύσουν το παιδί τους! Το λεκτικό ισοδύναμο επίδρασης όλων των ανωτέρω είναι η επαναληπτική χρήση των λέξεων: ΑΚΥΡΩΣΤΕ-ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

**6)** Οραματίζετε ένα δείκτη στο μέτωπο του πάσχοντος, ο οποίος μπορεί να κινείται προς 2 ενδείξεις: αριστερά του γράφει ασθένεια, δεξιά του γράφει υγεία!

Οραματίζετε ακολούθως τον δείκτη να μετακινείται από την ασθένεια και να στέκεται μόνιμα στην υγεία!

Όσο περισσότερο διαρκεί ο οραματισμός αυτός, τόσο περισσότερα είναι και τα θετικά αποτελέσματα! Όλα διδάσκονται, εξασκούνται και μαθαίνονται!

**7)** Τα ειδικά ενεργειακά αντίδοτα του πόνου (ο οποίος είναι γήινο χαρακτηριστικό), τα οποία έχουν ως εξής:

**α)** Λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις

- Αλλάξτε.....πολλές επαναλήψεις

**β)** Οραματίζετε χρυσά μόρια ενδορφινών να διαποτίζουν την πονεμένη περιοχή, καθώς προείπαμε!

**γ)** Οραματίζετε μία λιμνούλα στο 2<sup>ο</sup> chakra σας, όπου υπάρχει ένα δελφίνι που σας κοιτάζει. Οραματίζετε ακολούθως ότι δίνετε στο δελφίνι μία μπάλα χρυσού Φωτός! Το δελφίνι παραλαμβάνει με το ρύγχος του τη μπάλα χρυσού Φωτός, καταδύεται και μεταφέρει σε όλους τους πυρήνες των πασχόντων – πονεμένων κυττάρων το χρυσό Φως!

Όσο πιο επίμονος χρονικά είναι αυτός ο δημιουργικός οραματισμός, τόσο μεγαλύτερη και η ανακούφιση!

**δ)** Με τα χέρια στην καρδιά σε στάση προσευχής, λέτε: δίνω εντολή στην ενέργεια, για τελειότητα και εναρμόνιση του φυσικού μου σώματος!

**8)** Εφαρμόζετε τον ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΚΩΔΙΚΑ

Ο θεραπευτικός κώδικας ενδείκνυται για φόβους και φοβίες, αλλά και για πολλές άλλες ενεργειακές καταστάσεις που χρήζουν θεραπείας!

Λέτε:

«Προσεύχομαι και είμαι ευγνώμων, όπως όλες οι γνωστές και άγνωστες αρνητικές εικόνες, ανθυγιεινές πεποιθήσεις, καταστροφικές κυτταρικές μνήμες, όπως και όλα τα ζητήματα υγείας που συνδέονται με το (...πρόβλημα-ζήτημα..) να εντοπιστούν, να ανοιχτούν και να θεραπευτούν, καθώς επίσης να γεμίσουν με Φως, ζωή και Αγάπη του Θεού! Προσεύχομαι επίσης, η αποτελεσματικότητα της θεραπείας να αυξηθεί κατά 100 ή και περισσότερες φορές»!

Κατόπιν ΠΑΙΡΝΕΤΕ ΤΙΣ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΣΤΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ, ως εξής:

- α)** τα χέρια σχηματίζουν κούπα στο μέτωπο, σε 3-5cm απόσταση, για 30".
- β)** τα χέρια σχηματίζουν κούπα στο λαιμό, σε 3-5cm απόσταση, για 30".
- γ)** τα χέρια σχηματίζουν κούπες στις γωνίες της γνάθου, σε 3-5cm απόσταση, για 30".
- δ)** τα χέρια σχηματίζουν κούπες στους κροτάφους, σε 3-5cm απόσταση, για 30".

Η διαδοχή των στάσεων α, β, γ, δ επαναλαμβάνεται 2 φορές, σε 2 κύκλους! Ο θεραπευτικός κώδικας καλό είναι να γίνεται 3 φορές την ημέρα! (μπορείτε, αν θέλετε να δείτε τις στάσεις σε φωτογραφίες, να ανατρέξετε στη σελ. 81 του βιβλίου του Νατζέμου, ΘΕΡΑΠΕΥΟΝΤΑΣ ΤΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΟ ΠΑΙΔΙ, στο ειδικό κεφάλαιο: ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ).

**9)** Επικαλείστε την κρυσταλλικότητά σας και αλλάζετε άμεσα δόνηση προς το καλύτερο, δηλαδή επιτυγχάνεται μετάβαση από την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α, στην ενεργειακή κατάσταση της φωτογραφίας Β! Όπου: Κρύσταλλο = Χριστός, και Κρυσταλλικότητα = Χριστότητα, δηλαδή Χριστική ενέργεια, Χριστική Συνειδητότητα! Αυτή η Συνειδητότητα είναι η Ύψιστη που μπορεί να πετύχει ο άνθρωπος στη Γη! Η Συνειδητότητα είναι Φως! Η υπέρτατη συνειδητότητα είναι χρυσό φως! Είναι η συνείδηση που κάνει τη διαφορά πάντα. Ζωή και συνείδηση είναι ένα και το αυτό! Συνείδηση = η υποκειμενική επίγνωση των καταστάσεων του νου. Συνειδητοποιώ ότι έχω Συνείδηση!

**10)** ΕΙΔΙΚΑ ΓΙΑ ΤΙΣ ΜΗΤΕΡΕΣ

Όταν το παιδί σας πονάει κάπου στο σώμα του ή έχει πυρετό:

- α)** κάνετε οραματικά στο παιδί σας όσα θεραπευτικά σας ανέφερα μέχρι τώρα!
- β)** τοποθετείτε το χέρι σας στο μέτωπο του παιδιού και επαναλαμβάνετε επί 9 φορές το Πάτερ ημών!  
Αν το παιδί δεν συνέλθει, τότε καλέστε τον παιδίατρό του!
- γ)** τα ίδια ισχύουν αν λέτε επαναληπτικά, κατά τα γνωστά, τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

**11)** Μάθετε να κάνετε τον πόνο ή το μαρτύριό σας Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην

καρδιά! ΑΥΤΟ ΧΡΕΙΑΖΕΣΤΕ! Μείνετε σταθεροί στην ενέργεια του Φωτός, στη δόνηση της Αγάπης και λειτουργείτε μέσα από αυτήν! Η αληθινή Αγάπη είναι ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ, συμπόνια και έλεος! Με σταθερή επιμονή στη δόνηση της ανιδιοτελούς, χωρίς ίχνος επιθυμίας, Αγάπης, νικιέται και ο εσωτερικός σαμποτέρ! Επιμένετε με υπομονή και υπομένετε με επιμονή! Μάθετε να αφουγκράζεστε το μήνυμα του πόνου!

## 12) ΤΟ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΤΡΙΓΩΝΟ ΤΟΥ ΔΙΟΣ ΥΨΙΣΤΟΥ

Το θεραπευτικό τρίγωνο λειτουργεί ω εξής:

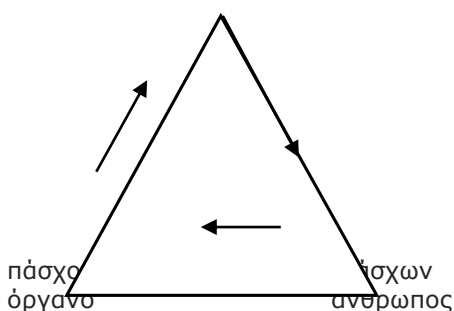
Οραματίζετε ένα ισόπλευρο τρίγωνο, όπου η ενέργεια ρέει με αφετηρία την άνω γωνία του! Η ενέργεια μπορεί να έχει ή λαμπρό λευκό χρώμα ή σμαραγδένιο χρώμα του ΑΑ Ραφαήλ (του θεραπευτή του Θεού) ή λαμπρό χρυσό χρώμα!

Στην άνω γωνία του τριγώνου (κορυφή του) οραματίζετε τον Ύψιστο Δία ή τον Ιησού Χριστό ή τον ΑΑ Ραφαήλ ή τον ΑΑ Γαβριήλ ή τον ΑΑ Μιχαήλ ή τον ΑΑ Ραζιήλ. Ακολουθως:

Στην κάτω δεξιά του τριγώνου οραματιζόμαστε τον πάσχοντα άνθρωπο. Στην κάτω αριστερή γωνία του τριγώνου οραματιζόμαστε το πάσχον όργανο με το πρόβλημα υγείας του πάσχοντος, πχ μάτι, αυτί, ιγμόρειο, νεφρό, συκώτι κλπ. Συνολικά, οραματίζετε ότι η ενέργεια ρέει από την Ανώτερη Πνευματική Οντότητα που επιλέξατε να κατέχει την πάνω γωνία (κορυφή) του τριγώνου ως εξής: Πρώτον, προς την γωνία κάτω δεξιά, την οποία κατέχει ο πάσχων άνθρωπος. Κατόπιν, από την δεξιά κάτω γωνία του πάσχοντος, οραματίζετε την ενέργεια να ρέει αριστερά προς την κάτω αριστερή γωνία, την οποία κατέχει το πάσχον όργανο.

Τελικά, οραματίζετε την ενέργεια να ρέει από την κάτω αριστερή γωνία προς τα επάνω, πίσω στην κορυφή κοκ. (δείτε το παρακείμενο σχήμα). Το θεραπευτικό τρίγωνο έχει πολύ καλά θεραπευτικά αποτελέσματα!

Δίας-Ζεός Ύψιστος ή Ιησούς Χριστός  
ή ΑΑ Ραφαήλ ή ΑΑ Γαβριήλ  
ή ΑΑ Μιχαήλ ή ΑΑ Ραζιήλ



13) Δείτε σχετικά και προηγούμενα στο κεφάλαιο 4, για την απαλλαγή από τον πόνο μέσω της αλλαγής του DNA σας!

## ΓΕΝΙΚΟ ΣΧΟΛΙΟ

Έτσι, μαθαίνετε να διαχειρίζεστε τον πόνο, το άγχος, τον φόβο! Έτσι, μαθαίνετε

να ανέχεστε και να υπομένετε τον πόνο (tolerate pain)!

*Υπαρξιακό αξίωμα:* ζούμε για να νικάμε τον πόνο - φόβο και για να ρίχνουμε Φως στα σκοτάδια με Αγάπη! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12ο**

### **ΘΕΤΙΚΕΣ ΔΗΛΩΣΕΙΣ ΠΛΟΥΤΟΥ**

**1)** Λέτε διαδοχικά και επαναληπτικά πολλές φορές:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Μετρήστε.....πολλές επαναλήψεις
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Βρείτε.....πολλές επαναλήψεις

Οι λέξεις αυτές είναι ενεργειακοί διακόπτες, απευθυνόμενοι στο σύμπαν! Το σύμπαν σας ακούει και ανταποκρίνεται αντιστρόφως ανάλογα με τη δύναμη που έχει ο εσωτερικός δολιοφθορέας σας! Και ευθέως ανάλογα με την αποδοχή που εκδηλώνετε!

**2)** Λέτε επαναληπτικά τη θετική δήλωση:

«Υπάρχει στη ζωή μου η χαρά, υπάρχει στη ζωή μου η αφθονία και η ευημερία! Είμαι η χαρά, είμαι η αφθονία-ευημερία, είμαι η ευλογία και όλα μέσα μου και γύρω μου είναι χαρούμενα και άφθονα»!

*Βοηθητικές σκέψεις:* Επιτρέπω ΤΩΡΑ στην αφθονία-ευημερία να ρέουν και παύω να τις μπλοκάρω με περιοριστικές σκέψεις στέρησης! Όλοι έχουν δικαίωμα στην αφθονία-ευημερία και οπωσδήποτε και ΕΓΩ! Η χαρά και η αφθονία-ευημερία είναι η φυσική μου κατάσταση! Δημιουργώ την αφθονία-ευημερία ήδη, ούτως ώστε να έχω χρήματα, για να βοηθώ και να βοηθιέμαι στη ζωή μου! Το δικαίωμα στην αφθονία-ευημερία είναι αναφαίρετο! Ας σταματήσει η ενοχή για την αφθονία-ευημερία μου κι ας αποδεχτώ τον εαυτό μου και τη βοήθεια από το Πνεύμα!

Για να μας υπηρετήσει η ενέργεια της αφθονίας-ευημερίας, χρειάζεται να ανοίξουμε εμείς ως προς αυτήν και να απαλλαγούμε από κάθε φόβο έλλειψής της, δηλαδή να περιέλθουμε σε κατάσταση φωτογραφίας Β. Να προβούμε σε ΒΑΘΙΑ ΚΑΘΑΡΣΗ του εαυτού μας, με αποτίναξη κάθε δυναμικού βίας και ακληρίας! Δηλώνουμε την πρόθεσή μας γι' αυτό!

Όλα όσα σας λέγω εδώ αποσκοπούν σε υπηρέτηση του αναφαίρετου δικαιώματος της α-φθονίας! Να μπορέσουμε να δομήσουμε μοτίβα α-φθονίας στηριζόμενοι σε αλληλεπιδράσεις με ψυχές που αντίσοιχα φέρουν αυτή τη βαθιά κάθαρση! Δείτε και παρακάτω!

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑ: η ισχύς του χρήματος χρησιμοποιείται ως άμυνα απέναντι στο άγχος θανάτου!

**3)** Ζητάτε από τον Άγγελο της αφθονίας-ευημερίας να σας φέρνει όσα

χρειάζεστε! Το δικαίωμα της αφθονίας-ευημερίας είναι αναφαίρετο! Εμείς το παρεμποδίζουμε με την ενοχικότητά μας – με απουσία αποδοχής του εαυτού μας και της βοήθειας που μας δίνει το Πνεύμα!

Για να μας υπηρετήσει η ενέργεια της αφθονίας-ευημερίας, χρειάζεται να ανοίξουμε εμείς ως προς αυτήν και να απαλλαγούμε από κάθε φόβο έλλειψής της, δηλαδή να περιέλθουμε σε κατάσταση φωτογραφίας Β. Να προβούμε σε ΒΑΘΙΑ ΚΑΘΑΡΣΗ του εαυτού μας, με αποτίναξη κάθε δυναμικού βίας και ακληρίας! Δηλώνουμε την πρόθεσή μας γι' αυτό!

Slogan: κερδίζουν όσοι δεν φοβούνται να χάσουν!

Κάθε chakra αναπαριστά μίαν όψη της συνειδητότητάς μας – αντίληψής μας. Κάθε chakra αναπαριστά ένα επίπεδο εμπειρίας από το οποίο αντιλαμβανόμαστε το γίνεσθαι κάτω από μία συγκεκριμένη σκοπιά!

Το επίπεδο εμπειρίας που συνδέεται με το 5<sup>ο</sup> chakra του λαιμού σχετίζεται με το σημείο όπου οι φυσικές διαστάσεις διασταυρώνονται με τις Πνευματικές! Εδώ περιλαμβάνεται και η περιοχή όπου εδράζονται οι σκεπτομορφές!

Το 5<sup>ο</sup> chakra του λαιμού συνδέεται με την προθυμία μας να είμαστε ανοιχτοί και να λαμβάνουμε! Προς τούτο δηλώνουμε την πρόθεσή μας, καθαρισμένη και εξαγνισμένη, με την καρδιά μας στο σύμπαν, να είμαστε έτσι!

Στο επίπεδο εμπειρίας με το 5<sup>ο</sup> chakra του λαιμού δεν υπάρχει η αίσθηση της έλλειψης και της στέρησης, επειδή αντιλαμβανόμαστε την αφθονία του σύμπαντος. Μόλις σκεφτούμε κάτι, αυτό συμβαίνει χωρίς να καταβάλουμε την παραμικρή προσπάθεια! Η οδός αυτή της ελαχίστης αντίστασης και η ΑΠΟΔΟΧΗ των δώρων της ζωής μας επιτρέπουν να βιώνουμε την κατάσταση ΑΦΘΟΝΙΑΣ που σχετίζεται με το 5<sup>ο</sup> chakra του λαιμού!

Σε αυτό το επίπεδο, για να αποκτήσουμε ότι επιθυμούμε δεν χρειάζεται να ενεργούμε!

Στο 5<sup>ο</sup> chakra του λαιμού λαμβάνει χώρα η αλληλεπίδραση με ένα άλλο επίπεδο ευφυΐας. Η οπτική του 5<sup>ου</sup> chakra του λαιμού είναι η εξής: να είμαστε απόλυτα παρόντες στη στιγμή και να επαγρυπνούμε διαρκώς, ώστε να έχουμε επίγνωση όχι μόνο του εσωτερικού κόσμου μας, αλλά και όσων συμβαίνουν στην εκδήλωση της πραγματικότητας γύρω μας!

Το 5<sup>ο</sup> chakra του λαιμού ανήκει στην αρμοδιότητα του ΑΑ Γαβριήλ. Γι' αυτό, όταν θέλετε να πετύχετε τις παραπάνω καταστάσεις, ζητάτε τη βοήθεια του ΑΑ Γαβριήλ και οραματίζεστε αυτές ότι έγιναν πράξη! Ζητείστε ομοίως την βοήθεια του Αγγέλου της αφθονίας – ευημερίας! *Συν Αθηνά και χείρα κίνει* ή αλλιώς, ο θεός βοηθάει εκείνους που βοηθούν τον εαυτό τους (συνδημιουργία)!

Δείτε και παρακάτω, κεφάλαιο 15<sup>ο</sup>, η λειτουργία της υπηρεσίας αναλυτικά.

Όσον αφορά την ενεργοποίηση του 5<sup>ου</sup> chakra του λαιμού, σας προσθέτω τα εξής:

- ✓ Όσο περισσότερο παραδίνεστε στο ΘΕΛΗΜΑ του Θεού, τόσο περισσότερο θα γίνεται το δικό σας θέλημα! Το ίδιο ισχύει με τη δήλωση της πρόθεσής σας, καθαρισμένης και εξαγνισμένης, ότι καταργείτε κάθε φόβο έλλειψης της αφθονίας – ευημερίας και ότι έχετε την καρδιά σας ορθάνοιχτη στα δώρα της αφθονίας – ευημερίας, καθώς και του Αγγέλου αυτής!
- ✓ Για την ενεργοποίηση του 5<sup>ου</sup> chakra του λαιμού, όσον αφορά ως την αφθονία – ευημερία, μπορείτε να κάνετε όσα μόλις σας προείπα και μπορείτε επίσης να επικαλεσθείτε το αντίστοιχο άρθρο του «Πάτερ ημών». Σας θυμίζω ότι τα 7 άρθρα του «Πάτερ ημών» είναι κλειδαριθμοί (Pins), ο καθένας από τους οποίους ξεκλειδώνει, καθαρίζει και ενεργοποιεί το

αντίστοιχο κύριο chakra, από τα πάνω προς τα κάτω!

Δείτε αναλυτικά γι' αυτό στον 3<sup>ο</sup> κύκλο σύνδεσης με τον Εαυτό, 2015-2016, στο 4<sup>ο</sup> μέρος του: «Εσωτερισμός και θρησκεία – φιλοσοφία», όλα αυτά και στο διαδίκτυο: [www.vassilisfragkos.gr](http://www.vassilisfragkos.gr).

Όταν το 5<sup>ο</sup> chakra του λαιμού είναι κλειστό – δυσλειτουργικό, τότε παράγεται ένα είδος ενεργειακού φραγμού που εμποδίζει το άτομο να επιτρέψει στα πράγματα να έρχονται, δηλαδή παρεμποδίζεται το «έχειν» στο άτομο αυτό!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: το κέντρο του λαιμού είναι το κέντρο της γήινης δημιουργίας!

#### **4) Λέτε επαναληπτικά:**

Δηλώνω την πρόθεσή μου, με την καρδιά μου, στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου να είμαι ανοικτός/ή και δεκτικός/ή σε όλα τα αγαθά και την α-φθονία του σύμπαντος! Την δέχομαι ΤΩΡΑ με χαρά στη ζωή μου! Το δικαίωμα της αφθονίας-ευημερίας είναι αναφαίρετο! Εμείς το παρεμποδίζουμε με την ενοχικότητά μας – με απουσία αποδοχής του εαυτού μας και της βοήθειας που μας δίνει το Πνεύμα!

Για να μας υπηρετήσει η ενέργεια της αφθονίας-ευημερίας, χρειάζεται να ανοίξουμε εμείς ως προς αυτήν και να απαλλαγούμε από κάθε φόβο έλλειψής της, δηλαδή να περιέλθουμε σε κατάσταση φωτογραφίας Β. Να προβούμε σε ΒΑΘΙΑ ΚΑΘΑΡΣΗ του εαυτού μας, με αποτίναξη κάθε δυναμικού βίας και ακληρίας! Δηλώνουμε την πρόθεσή μας γι' αυτό!

#### **5) Λέτε επαναληπτικά:**

Υπάρχει αφθονία και ευημερία στη ζωή μου και είναι αδικαιολόγητο να ανησυχώ μέρα με την ημέρα! Έχω όσα χρειάζομαι επειδή το ΑΞΙΖΩ! Η χαρά, η αφθονία και η ευημερία είναι η φυσική μου κατάσταση!

#### **6) Λέτε επαναληπτικά:**

Η αφθονία-ευημερία είμαι ΕΓΩ και αλλάζω προς το αφθονότερο, κάθε μέρα και περισσότερο, όλο και καλύτερα! Το δικαίωμα στην αφθονία-ευημερία είναι αναφαίρετο! Εμείς το παρεμποδίζουμε με την ενοχικότητά μας – με απουσία αποδοχής του εαυτού μας και της βοήθειας που μας δίνει το Πνεύμα!

Για να μας υπηρετήσει η ενέργεια της αφθονίας-ευημερίας, χρειάζεται να ανοίξουμε εμείς ως προς αυτήν και να απαλλαγούμε από κάθε φόβο έλλειψής της!

Οραματίζεστε μπροστά σας την αφθονία-ευημερία ως ένα νεαρό κορίτσι που μεγαλώνει ραγδαία μέρα με την ημέρα και μεταμορφώνεται σε μία πανέμορφη, ώριμη γυναίκα πολυτελέστατα ντυμένη!

Η έλλειψη αφθονίας είναι μία παλιά συνήθεια φόβου έλλειψής της! Για να εγκατασταθεί η νέα συνήθεια, πρέπει να θεραπευτεί η παλιά, με εξάσκηση κατά τα γνωστά και αμέσως παρακάτω.

#### **7) Λέτε επαναληπτικά:**

Ανώτερε θεϊκέ Εαυτέ μου σε επικαλούμαι, για να μετατρέψεις όλες τις αιτίες, τις επιδράσεις, τις εγγραφές, τις μνήμες, τις σκέψεις, τα συναισθήματα, τις λέξεις ή φράσεις που έχω ποτέ εκφράσει σε οποιονδήποτε χώρο ή διάσταση που αντανακλά τη συνείδηση της φτώχειας, της έλλειψης και του περιορισμού οποιουδήποτε είδους! Αγάπη και Φως! Γέγονε! Και έτσι είναι! Αμήν!

#### **8) Λέτε στον εαυτό σας επαναληπτικά:**

Σταμάτησε να σκέπτεσαι την έλλειψη και συγκεντρώσου στην αφθονία-ευημερία! Αλλάζω τον τρόπο της σκέψης μου προς το καλύτερο και όλα πάνε καλύτερα!

**9)** Λέτε επαναληπτικά:

Ζητώ από το σύμπαν με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου και οραματίζομαι ότι έρχονται χρήματα και τα μετρώ! Τα χρήματα τα θέλω, ώστε να βοηθώ και να βοηθιέμαι σε όλη μου τη ζωή! Αξίζω να έχω χρήματα, αξίζω να έχω αφθονία!

**10)** Είναι ευνόητο ότι, αν το σύμπαν θελήσει να σας στείλει χρήματα, βοηθήστε το παίζοντας ένα μικρό ποσό σε κάποια από τα προϊόντα λαχείου που υπάρχουν!

Η ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗ ΣΤΑΣΗ κατά την επιδίωξη της αφθονίας-ευημερίας είναι η εξής:

Με την δήλωση της πρόθεσής σας ζητάτε από τον Ανώτερο Θεϊκό Εαυτό σας, δηλαδή από τον θεό μέσα σας, να σας οδηγή στην πραγματοποίηση του υψίστου «καλού» για εσάς! Είναι μία μορφή ενθύμησης – Φώτισης (κατανόησης – επίγνωσης) – Θέωσης, όπου όλες οι επιθυμίες της καρδιάς σας θα έλκονται μαγικά προς εσάς! Η ΦΩΤΙΣΗ – κατανόηση (επίγνωση) – διεύρυνση – θέωση είναι η επανένωση με τον Ανώτερο Θεϊκό Εαυτό και τη Δύναμη Του, χέρι με χέρι! Ξεχάστε την επίκριση για τον Εαυτό σας (αυτοκατάκριση – ενοχή), διότι αποπροσανατολίζει την ενέργειά σας και σας εμποδίζει να συνδεθείτε πλήρως με την θεϊκή δύναμη μέσα σας! Κάνετε τις επιλογές σας χωρίς την διάθεση για αυτοκατάκριση – ενοχή, που είχατε μέχρι τώρα! Επιλέγετε ή μην επιλέγετε κάτι, αλλά μην το χαρακτηρίζετε ως καλό ή κακό! Επιτρέψτε στην κατανόηση, τη συν-χώρηση και τη φροντίδα να αντικαθιστούν την αυτοκατάκριση – ενοχή! Η προέλευση όλων των κρίσεων εντοπίζεται στην αυτοεπίκριση – ενοχή σας! Η στάση αποδοχής του εαυτού σας έλκει την αντανάκλαση της ενέργειας που ονομάζουμε χρήματα! Η χρηματική α-φθονία είναι η δική μας έκφραση ενέργειας μέσα στο παιχνίδι της ζωής! Οι κρίσεις που έχουμε για τον εαυτό μας αντανακλώνται και σε αυτόν τον τομέα! Ενεργοποιήστε την ΑΠΟΔΟΧΗ μέσα σας, διότι ΑΥΤΗ είναι το κλειδί! Όλες οι ιδέες που αποδέχεστε ως αλήθεια σας είναι η αρχή της συν-δημιουργίας σας = υλοποίησή σας! Χωρίς αποδοχή αποδιώχνετε την ενέργεια της χρηματικής αφθονίας-ευημερίας, με αποτέλεσμα να μένετε στη στέρση, ενώ άλλοι λαμβάνουν πράγματα που κατά τα φαινόμενα δεν αξίζουν, όμως έχουν ΑΠΟΔΟΧΗ του εαυτού τους!

Όλα τα παραπάνω συνοψίζονται ως εξής:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου να είμαι Ευγνωμοσύνη, να είμαι Εμπιστοσύνη, να είμαι Αποδοχή του εαυτού μου και της βοήθειας που μου δίνει το Πνεύμα (ο Θεός) και ο Άγγελος της αφθονίας-ευημερίας! Το χρήμα είναι μία μορφή της ενέργειας και χρειάζεται γνώση της διαχείρισής της, όπως όλες! Τίποτε άλλο!

**11)** Λέτε επαναληπτικά:

Άγγελε της αφθονίας-ευημερίας, Δία Ύψιστε και ανώτερε θεϊκέ Εαυτέ μου ζητώ να αλλάξω το σχέδιό μου της έλλειψης Α-φθονίας, διότι το παλιό σχέδιο επιτέλεσε το σκοπό του και δεν χρειάζεται πλέον! Χρειάζομαι να περάσω σε κατάσταση Αφθονίας-Ευημερίας και να πετύχω το σκοπό μου! Χρειάζομαι να πάρω την ευθύνη της ζωής μου και να ζήσω με αξιοπρέπεια, Α-φθονία και

Χαρά, διότι το αξίζω! Επιπλέον ζητώ να έχω τα χρήματα, για να βοηθώ και να βοηθιέμαι σε όλη μου τη ζωή!

Η κατάσταση αλλάζει ευκολότερα, αν ηρεμήσετε και αποδεχτείτε την κατάσταση όπως είναι! Χωρίς ΑΠΟΔΟΧΗ δεν πάμε πουθενά! Η αποδοχή ανοίγει τους δρόμους μας!

ΓΕΝΙΚΟΤΕΡΑ, σε οτιδήποτε ζητάτε από το Πνεύμα, να καταλήγετε με την εξής επωδό: «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν ότι είμαι ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ, είμαι ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ και είμαι ΑΠΟΔΟΧΗ του εαυτού μου και όσων ζητάω από το ΠΝΕΥΜΑ»!

Λέτε: «Αποδέχομαι, κατανοώ, συγχωρώ, μετανιώ, ευλογώ, φωτίζω και μετουσιώνω κάθε αρνητικότητα σε θετικότητα μέσα μου και γύρω μου, γύρω μου και μέσα μου»!

*Σημείωση:* Να θυμάστε ότι η αποδοχή των αρνητικών μας μερών δεν σημαίνει ότι παραδινόμαστε σε αυτά! Αντιθέτως, αποκαθιστούμε ενεργητικά την εσωτερική μας ισορροπία, αποδεχόμενοι την κατάσταση ΟΠΩΣ ΕΙΝΑΙ, οπότε δεν έχουμε φθορά!

Σας υπενθυμίζω επίσης, ότι για όλα μας τα προβλήματα το Πνεύμα μας έχει δώσει την εξής οδηγία: «Παράδωσέ το σε Εμάς και θα διευθετηθεί με τον καλύτερο τρόπο»! Εξυπακούεται ότι εφόσον κάτι παραδοθεί στο Πνεύμα, παύουμε να ασχολούμαστε με αυτό, μέχρι να έχουμε συγκεκριμένη καθοδήγηση για το δικό μας μέρος συνδημιουργίας!

## **12) Λέτε επαναληπτικά:**

Δηλώνω την πρόθεσή μου να ενώνω ισορροπημένα και αρμονικά το συναισθηματικό με το νοητικό μου πεδίο! Η ΑΡΜΟΝΙΑ εμπεριέχει και την Α-ΦΘΟΝΙΑ-ευημερία! Οραματίζομαι ότι κολυμπάω μέσα στην αρμονία – αφθονία – ευημερία και αισθάνομαι ότι είμαι πλήρης!

Όταν υπάρχει αντίσταση για τις διατυπώσεις πλούτου – αφθονίας – ευημερίας, τότε κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης των ενεργειών της αντίστασης αυτής! Έτσι, θα ανοίγει ο δρόμος σας, θα παραμερίζονται τα εμπόδια!

Εδώ κλείνει – ολοκληρώνεται η Πνευματική στάση αντίστασης σε ό,τι αντιστέκεται στην αφθονία – ευημερία σας!

Τέλος, θέλω να προσθέσω τη σύστασή μου να διαβάσετε και το εξής βιβλίο: Η ΔΥΝΑΜΗ ΤΟΥ ΥΠΟΣΥΝΕΙΔΗΤΟΥ, εκδόσεις ΔΙΟΠΤΡΑ με έμφαση στα κεφάλαια 9, 10 και 11!

## **ΕΠΙΜΕΤΡΟ**

Θα σας δείξω πως να κάνετε το καταλληλότερο με τον ευκολότερο τρόπο! Θυμώνετε γιατί δεν έχετε χαρά στη ζωής σας! Η πραγματική (θείκη) χαρά πηγάζει από την ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ! Χαρά μη παρεχομένη είναι χαρά μη παρερχομένη! Κάθε άλλη χαρά είναι γήινη, προσωρινή και διαλύεται μαζί με την μορφή από την οποία προήλθε! Άρα: ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ = ΧΑΡΑ! Άρα: δηλώστε ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ! Είναι η Ευγνωμοσύνη που ρυθμίζει την εγκεφαλική λειτουργία και ανεβάζει τη συχνότητα των δονήσεων της ενέργειάς της! Η Ευγνωμοσύνη εδρεύει στην καρδιά και γεμίζει τη σκέψη μας, όταν χρειάζεται να κρίνουμε, να αξιολογούμε, να καθαρίζουμε το νου μας! Τούτο επιτυγχάνεται μέσω της Ευγνωμοσύνης και της Εμπιστοσύνης! Αυτές οι δύο ικανότητες πάνε μαζί! Δεν μπορείτε να βαδίσετε στο Πνευματικό μονοπάτι, ΑΝ ΔΕΝ ΒΙΩΝΕΤΕ ΕΥΓΝΩΜΟΣΥΝΗ και ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ στο Πνεύμα!

Συμπληρώνω, με την ΑΠΟΔΟΧΗ! Όταν κάνουμε αποδοχή της κατάστασης,



εστιάζοντας στην πραγματικότητα όσων έχουμε, τότε **ΑΝΑΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ΤΗΝ ΕΥΘΥΝΗ** μας και **ΒΓΑΙΝΟΥΜΕ ΑΠΟ ΤΟΝ ΡΟΛΟ ΤΟΥ ΘΥΜΑΤΟΣ!** Ο λαός λέει σχετικά: «κι αυτό θα περάσει!» καθώς και «τα βάσανα είναι για τους ανθρώπους»! «Τόσο τα καλά, όσο και τα κακά είναι καλοδεχούμενα»!  
Slogan: να παίρνετε τη ζωή όπως έρχεται! Να παίζετε με τα χαρτιά που σας έρχονται!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13ο**

### **Η ΜΕΤΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΩΝ ΕΚΛΕΚΤΩΝ ΤΟΥ ΑΠΟ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ**

- α)** Δέξου ότι ανήκεις στους εκλεκτούς, ότι είσαι εκλεκτός/ή.  
**β)** Το Πνεύμα, δηλαδή ο Θεός επιφυλάσσει δυσκολίες (προκλήσεις) στους συνεργάτες του, διότι έτσι τους σφυρηλατεί για να δυναμώσουν ψυχικά, ώστε να γίνουν ικανοί να αντεπεξέλθουν στα ανώτερα λειτουργήματά τους, τα οποία έπονται – επίκεινται!  
**γ)** Ο Ιησούς Χριστός είπε, κατά τη διάρκεια Πνευματικής επικοινωνίας: «Στης ευλαβείας την ανέχεια, κρατείτε άνθρωποι»!  
**δ)** Να γνωρίζεις ότι οι Άγγελοι εργάζονται ήδη μέσα από εσένα!  
**ε)** Να θυμάσαι ότι **ΑΞΙΖΕΙΣ!**  
**στ)** Να θυμάσαι ότι «πολλοί οι κλητοί, ολίγοι οι εκλεκτοί»! Ο Θεός επιτελεί το έργο Του κυρίως με τους λίγους και όχι με τους πολλούς! «*Ολίγον φύραμα πολλήν ζύμην ζυμοί*» είπε ο Ιησούς Χριστός!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 14ο**

### **ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΗΣ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗΣ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΕΙ ΣΤΕΝΑΧΩΡΙΑ Ή ΘΥΜΟ**

Θα χρησιμοποιήσουμε τα παρακάτω συνειδησιακά εργαλεία.

**1)** Λέτε επαναληπτικά:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Αναγνωρίστε – Αποδεχθείτε, συναινέστε – Ακυρώστε – Μετουσιώστε – Νιώστε Ευγνωμοσύνη.....πολλές επαναλήψεις
- Ευγνώμονες νιώθουμε, όταν το Πνεύμα μας αγκαλιάζει**
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά.....  
.....πολλές επαναλήψεις

Μεγαλώνω ψυχικά σημαίνει, ότι παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου!

**2)** Λέτε επαναληπτικά, επί 30 φορές τουλάχιστον:

Αγνοώ τον ενοχλητικό! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι αρνητικές σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να με επηρεάζουν σε οποιοδήποτε νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή υποσυνείδητο! Το ίδιο αποτέλεσμα παράγεται αν λέτε επαναληπτικά πολλές φορές, κατά τα γνωστά, τις λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ!

**3)** Όταν χρειάζεται να διαχειριστείτε συνομιλητή ασυνεννόητο/η, λέτε επαναληπτικά πολλές φορές:

**α)** Ο Θεός μέσα μου αναγνωρίζει, χαιρετά κι ευλογεί το θεό μέσα σου! (Νάμαστε)!

**β)** Χρησιμοποιείτε την ενεργειακή κουρτίνα της ΣΩΤΗΡΙΑΣ (δείτε προηγούμενα).

**γ)** Κάνετε επαναληπτικά διαδικασία συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε-εμείς είμαι) μεταξύ σας, αλλά και της κατάστασης!

**δ)** Εκπέμπετε εξ αρχής ακτίνα ενέργειας Αγάπης στην καρδιά του ανθρώπου ή του ζώου με τον οποίο υπάρχει πρόβλημα! Συνδέστε καρδιά με καρδιά με ενέργεια Αγάπης χρώματος ροζ με χρυσές κηλίδες – προσμίξεις! Έτσι, ΘΑ ΑΝΟΙΞΕΙ η καρδιά του με αποτέλεσμα να ανοίξει και ο νους του, έτσι ώστε να συνεννοηθείτε και να τα βρείτε, τελικά! Το μυστικό του νου βρίσκεται στην καρδιά! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

**4)** Λέτε επαναληπτικά:

Έχω το δικαίωμα και μπορώ να λέω ΟΧΙ όταν χρειάζεται! Άρα, ΟΧΙ, ΟΧΙ, ΟΧΙ και πάλι ΟΧΙ όταν χρειάζεται! Μου αρέσει και επιμένω σε αυτό! Δηλώνω την πρόθεσή μου προς τούτο.

Slogan: τράβα τον δρόμο σου και άφησέ τους να λένε, αρκεί να ξέρεις ότι είσαι σωστός!

Αναλυτικότερα λέτε:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου, ότι θέλω να μάθω να θέτω τα όριά μου στον καθένα! Έχω (με δικαιοσύνη προς τον εαυτό μου) το δικαίωμα και μπορώ να λέω ΟΧΙ, όταν χρειάζεται! Άρα, ΟΧΙ, ΟΧΙ, ΟΧΙ και πάλι ΟΧΙ, όταν χρειάζεται! Είμαι αποφασισμένος να πράττω τα δέοντα, για να υπερασπίζομαι τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής μου και της υγείας μου! Έχω κάθε δικαίωμα σε αυτό! Αγάπη και Φως! Γέγονε! Και έτσι είναι! Αμήν!

**5)** ΓΙΑ ΕΞΟΥΔΕΤΕΡΩΣΗ ΘΥΜΟΥ

Λέτε κοφτά κι επιτακτικά: «ΣΙΩΠΗ, όλα εντάξει!»! «Παύσατε πυρ»! «Κατάπαυση πυρός»! Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι μέσα μου επικρατεί Η ΣΙΩΠΗ της Παλλάδας Αθηνάς!

▪ Επαναλαμβάνετε όσες φορές χρειάζεται, μέχρι να νιώσετε καλύτερα!

▪ Ταυτόχρονα πιέζετε με το δάκτυλό σας το μεσόφρυό σας, μέχρι να νιώσετε καλύτερα!

Slogan: λέτε επαναληπτικά γι' αυτόν που σας θυμώνει «ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΕΙΣ, ΕΙΣΑΙ

ΣΚΙΑ»! Επιβάλλομαι στον εαυτό μου και γίνομαι ευφυέστερος του θυμού!  
Έτσι, θα διευκολύνεστε και γενικότερα να βγαίνετε ΕΞΩ, ΠΕΡΑ ΚΑΙ ΠΑΝΩ ΑΠΟ  
ΟΛΑ ΑΥΤΑ! Θα μπορείτε, δηλαδή, να επιτυγχάνετε ΑΠΟΣΤΑΣΙΟΠΟΙΗΣΗ από τα  
συμβαίνοντα, ως ουδέτερος – αμέτοχος Εσωτερικός Παρατηρητής! Απαρνείστε  
επίσης τη Λογική της ανταπόδοσης. Η ανιδιοτελής Αγάπη είναι γιατρικό τόσο για  
τον θυμό, όσο και για την πίκρα! Αγάπη, καθαρή χωρίς προσμίξεις επιθυμίας! Ο  
θυμός, η οργή μας στρεβλώνουν!

**6)** Λέτε όλες τις φράσεις της διαδικασίας της συν-χώρεσης –  
αλληλοπεριχώρεσης – εξισορρόπησης, κατά τα γνωστά, για τον εαυτό σας και  
για τον Άλλο! Μπορείτε να λέτε επίσης τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ  
πολλές φορές επαναληπτικά, κατά τα γνωστά!

**7)** Λέτε επαναληπτικά:  
Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και  
καλύτερα... όλο και καλύτερα από άποψη ισορροπίας και θεραπείας!

**8)** Λέτε στον εαυτό σας επαναληπτικά:  
Αποφασίζω – επιλέγω ότι θα κάνω στους άλλους ό,τι θέλω να κάνουν αυτοί σε  
μένα!

▪ Εγώ επιτρέπω στον εαυτό μου να επιλέξει το τι κάνει ή δεν θα κάνει! Είναι  
τρόπος ζωής! (δείτε και προηγούμενα στην ακύρωση της φωτογραφίας Α, στο  
5).

**9)** Ανατρέξτε στα αντίδοτα θυμού και πένθους, στα περί ακύρωσης της  
φωτογραφίας Α, στο 6). Διότι όποιος θυμώνει χάνει το δίκιο του, επειδή ο  
θυμός του επικαλύπτει – σκεπάζει την Λογική του!

Ο θυμός δεν έχει επιχείρημα, αλλά έχει ΑΡΝΗΣΗ! Επιχείρημα δεν συνιστά η  
άρνηση, αλλά η ΣΥΝΘΕΣΗ!

Όσον αφορά το πένθος προσέξτε τα εξής: η αδυναμία έκφρασης – εκδήλωσης  
του πένθους για τον νεκρό, έχει αποδειχτεί ότι οδηγεί σε πολλά προβλήματα  
ψυχολογικά και παθολογικά, ακόμη και σε αιφνίδιο θάνατο του συντρόφου που  
επιβιώνει!

**10)** Χρησιμοποιείτε την κουρτίνα της Σωτηρίας – ολοκληρίας.

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 15ο**

### **ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΥΤΟΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ**

**1)** Οραματίζεστε το άτομό σας ή τον Άλλο μέσα στο ροδόχρυσο προστατευτικό  
μπαλάκι του Αγίου Γερμανού.

Ακολουθώντας οραματίζεστε το ροδόχρυσο μπαλάκι μέσα στο ασημένιο,  
στιλπνότατο μπαλάκι του Διός Υψίστου. (δείτε και στο κεφάλαιο 2, το 3)

**2)** Λέτε επαναληπτικά:

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν και ζητώ με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μου και επικαλούμαι την κρυσταλλικότητά μου, ώστε να αλλάξει η δόνησή μου προς το καλύτερο, στο λεπτό!

### **3) ΥΠΟΔΕΙΓΜΑ ΠΝΕΥΜΑΤΙΚΗΣ ΣΤΑΣΗΣ (δείτε και Κεφάλαιο 10°, στο 8)**

Σκέπτεστε – λέτε:

Ό,τι μου συμβαίνει σήμερα και κάθε ημέρα αποσκοπεί στην πνευματική μου ανάπτυξη – δημιουργική μου εξέλιξη! Το να πετύχω αυτό εξαρτάται από τη στάση μου, δηλαδή να μετατρέψω το εν δυνάμει σε εν ενεργεία, το αρνητικό (κατάσταση φωτογραφίας Α) σε θετικό (κατάσταση φωτογραφίας Β). Εγώ αποφασίζω – επιλέγω τι θα επιτρέψω να κάνει ή τι να μην κάνει ο εαυτός μου!

ΓΕΝΙΚΑ: είτε «καλό», είτε «κακό» είναι για το καλό μου, αν το θελήσω – επιλέξω!

Η ΔΙΑΒΙΩΣΗ ΕΙΝΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ! Όχι μόνον ποσοτικής αύξησης, αλλά λειτουργικής αναβάθμισης!

Η σκέψη είναι νοητική ενέργεια, δηλαδή νοητική ουσία! Ουσία = ενεργητικός τρόπος μετοχής στο ΕΙΝΑΙ! Πρόκειται για εκτιμήσεις της ποιότητας και ιεραρχήσεις αναγκών, δηλαδή για ποιότητα κοινωνίας του υπάρχουν!

Στάση είναι η απόφαση και η συνέπεια στην εφαρμογή της! Μέσω της σκέψης επιτυγχάνεται η υλοποίηση, η γείωση, η αυτοπραγμάτωση, η χαρά της ύπαρξης και το ΕΙΜΑΙ!

Οι 3 ιδιότητες της ΙΔΑΝΙΚΗΣ ΥΠΑΡΞΗΣ, δια στόματος της θεάς της Σοφίας Αθηνάς, σε ανώτερη επικοινωνία μαζί της, είναι οι εξής:

**α)** Η κριτική Συμπόνια – Ενσυναίσθηση (Ευσπλαχνία), δηλαδή η ενεργός Αγάπη! Η έλλειψή της είναι «το κακό» στον κόσμο, στη γήινη πραγματικότητα!

**β)** Η Ευγνωμοσύνη! (σημειώστε ότι α-γνωμοσύνη-αχαριστία είναι ψυχική αναπηρία!)

**γ)** Η Συν-χώρεση – αλληλοπεριχώρεση – εξισορρόπηση (εγώ είμαστε, εμείς είμαι)!

Έτσι, μπορείτε να παρατηρείτε απλώς τα συμβαίνοντα, αντί να κρίνετε – επικρίνετε, οπότε δεσμεύετε τις ενέργειές σας καθώς και τις ενέργειες του άλλου, πράγμα ανεπιθύμητο (κακό)!

**4)** Κάθε φορά που θα πίνετε ένα ποτήρι νερό ή αναψυκτικό ή ποτό, να δηλώνετε την πρόθεσή σας να γεμίσει το ποτήρι με Αγάπη (ροζ ενέργεια με χρυσές προσμίξεις – κηλίδες). Έτσι, θα πίνετε Αγάπη, θα αφομοιώνετε Αγάπη, θα είστε Αγάπη! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί!

Η Δύναμη = Αγάπη και Εμπιστοσύνη (Πίστη) στο Θεό! Εμπιστοσύνη είναι να νιώθεις ασφαλής με κάποιον ή με κάτι! Ασφάλεια = προ-στασία!

### **5) ΓΕΝΙΚΟ ΣΧΗΜΑ ΕΠΙΛΥΣΗΣ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΩΝ, ΚΑΤΑ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ**

Οι λύσεις δίνονται:

**α)** Με Αγάπη! πχ πως να θεραπεύσω αυτό το πρόβλημα οριστικά; Απάντηση: άνοιξε την κάνουλα της Αγάπης και πότιζέ το μέχρι «να

σκάσει» από Αγάπη! Αγάπη καθαρή, ανιδιοτελής, χωρίς προσμίξεις επιθυμίας!

**β)** Με εξισορρόπηση ενεργειών, δηλαδή να μην πηγαίνεις κόντρα στο ρεύμα της ενέργειας, αλλά να «πλέεις» σε αυτήν ανάλογα με τον άνεμο! Επίσης, να μην πιέζεις ποτέ τα πράγματα! η μάννα Γη δεν πιέζει ποτέ!

**γ)** Με ΕΣΩΤΕΡΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ, κατόπιν ανώτερης Πνευματικής επικοινωνίας!

Όλα τα παραπάνω και τα παρακάτω θα βοηθήσουν να κυριαρχήσετε τον εαυτό σας και να βρεθούν οι κατάλληλες λύσεις! «Ουδείς ελεύθερος εαυτού μη κρατών», έλεγαν οι αρχαίοι Έλληνες! Παράλληλα δηλώνετε την πρόθεσή σας να είστε Ευγνωμοσύνη, Εμπιστοσύνη και Αποδοχή του εαυτού σας και της βοήθειας που δέχεστε από το Πνεύμα, για τους γνωστούς λόγους! (δείτε και παρακάτω)

**6)** Με τα χέρια στην καρδιά λέτε επαναληπτικά:

Δίνω εντολή στην ενέργεια, για τελειότητα και εναρμόνιση του φυσικού μου σώματος! «Η απόλυτη υγεία είναι κτήμα μου και ο νόμος της αρμονίας λειτουργεί στο σώμα και την ψυχή μου, συνεχώς και πάντα»!

**7)** Ο ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟΣ ΚΩΔΙΚΑΣ, όπως δόθηκε στο κεφάλαιο 11, αριθμός 8.

**8)** ΟΤΑΝ ΘΕΛΕΙΣ ΝΑ ΕΠΙΤΥΧΕΙΣ ΚΑΤΙ ΜΕ ΒΟΗΘΕΙΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ

**α)** Συνδέσου με τους Αγγέλους της έμπνευσης! Τους οραματίζεσαι πάνω από το κεφάλι σου, με τη δήλωση της πρόθεσής σου!

**β)** Συνδέσου ακολούθως με τους Αγγέλους της χαράς! Τους οραματίζεσαι στα δεξιά του κεφαλιού σου, με τη δήλωση της πρόθεσής σου! Η σύνδεση με τους Αγγέλους της χαράς μπορεί να λειτουργεί και ως ΑΝΤΙΔΟΤΟ ΤΗΣ ΚΑΤΑΘΛΙΨΗΣ!

**γ)** Συνδέσου τέλος, με τους Αγγέλους της αποτελεσματικότητας! Τους οραματίζεσαι στα αριστερά του κεφαλιού σου, πάντα με τη δήλωση της πρόθεσής σου!

Ακολούθως συνδέσου νοερά με ακτίνες Αγάπης με τους 3 προαναφερθέντες Αγγέλους, ούτως ώστε να σχηματιστεί ΦΩΤΕΙΝΗ ΣΦΑΙΡΑ! Οι ακτίνες της ενέργειας της Αγάπης να έχουν χρώμα ροζ με χρυσές κηλίδες – προσμίξεις!

ΤΕΛΟΣ, απευθύνεστε νοερά και κάνετε έκκληση στον Άγγελο της Πίστης, ώστε να σας βοηθήσει να κάνετε πράξη ΟΛΑ ΟΣΑ ΖΗΤΑΤΕ, εφόσον είναι κατάλληλο για εσάς και πάντα για το Ανώτερο καλό σας!

Επίσης, δηλώνετε με την καρδιά σας να είστε Ευγνωμοσύνη, Εμπιστοσύνη και Αποδοχή του εαυτού σας και της βοήθειας που δέχεστε από το Πνεύμα! Έτσι, δεν θα πάρει τη βοήθεια αυτή κάποιος άλλος αντί για εσάς, επειδή αυτός έχει ΑΠΟΔΟΧΗ, ενώ εσείς δεν έχετε!

**δ)** Οραματίζεσαι ότι το πρόσωπο του Χριστού είναι το πρόσωπό σου (δες τη σχετική εικόνα) και ότι από πάνω της στο 7<sup>ο</sup> chakra υπάρχει το Χριστόγραμμα ΧΡ! Η εικόνα δόθηκε σε ανώτερη, Πνευματική επικοινωνία αποτυπωμένη σε φιλμ φωτογραφικής μηχανής, το οποίο ακολούθως

υπέστη την διαδικασία της εμφάνισης!



### {ΤΟ ΠΡΟΣΩΠΟ ΤΟΥ ΧΡΙΣΤΟΥ }

Οραματίζεσαι ακολούθως ότι και στο 4<sup>ο</sup> chakra της καρδιάς σου είναι εγκατεστημένο το πρόσωπο του Χριστού και ότι από πάνω του υπάρχει το Χριστόγραμμα ΧΡ!

Οραματίζεσαι τέλος ότι και στο 3<sup>ο</sup> chakra σου, του ηλιακού πλέγματος, είναι εγκατεστημένο το πρόσωπο του Χριστού και ότι από πάνω του υπάρχει το Χριστόγραμμα ΧΡ!

Συγχρόνως σκέπτεσαι και λέγεις φωναχτά: δηλώνω την πρόθεσή μου, ο Ιησούς Χριστός, να ομιλεί και να ενεργεί αντί για εμένα! Γέγονεν και έτσι είναι, Αμήν!

Χριστός = η απόδοση της λέξης Μεσσίας, στην Ελληνική γλώσσα, δηλαδή ο Χρισμένος για να φέρει την Σωτηρία – Ολοκληρία! Άρα, η λέξη Χριστός είναι τίτλος του Ιησού του Ναζωραίου! Όπως τίτλος είναι και η λέξη Βούδας, Φωτισμένος!

**9) ΤΑ ΕΡΓΑΛΕΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΥ ΑΓΩΝΙΣΤΗ-ΕΠΑΝΑΣΤΑΤΗ ΤΟΥ ΦΩΤΟΣ, κατά το Πνεύμα και συγκεκριμένα κατά τον Προφήτη Ηλία:**

**α)** Η Υπομονή

**β)** Η Επιμονή

**γ)** Η Αγάπη, όπου, άλλο η ενσυναίσθηση – συμπόνια κι άλλο η συμπάσχουσα ταύτιση. Συμπονούμε κριτικά αλλά δεν συμπάσχουμε! Ο τρόπος που αγαπάτε είναι ανάλογος με τον τρόπο που σκέπτεστε! Πιστεύετε ότι ο νους συσχετίζεται λιγότερο με το συναίσθημα και περισσότερο με τον υπολογισμό. Όμως, η υπολογιστική αξία του είναι ακριβώς ότι μπορεί να επηρεάζει το συναίσθημα!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: Ο καρπός της σκέψης είναι η ανιδιοτελής Αγάπη = κατανόηση, κριτική συμπόνια και έλεος. Το έλεος είναι μαλακτικό της ψυχής! Η Αγάπη είναι καθαρή, ανιδιοτελής, χωρίς προσμίξεις επιθυμίας! Το έλεος είναι ευγενής πράξη! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά να πάνε μαζί! Ο καρπός του Νου είναι ο κοσμογονικός Εαυτός!

## **δ)** Η Εμπιστοσύνη και η Πίστη!

*Ορισμός υπομονής:* Υπομονή σημαίνει ότι επικρατώ στις συνθήκες με βεβαιότητα και ασφάλεια! Επικρατώ με την Πίστη ότι θα γίνει το κατάλληλο και μεγαλώνω ψυχικά, έτσι ώστε να ανταπεξέρχομαι!

*Ορισμός επιμονής:* Επιμονή σημαίνει ότι δεν παραιτούμαι από την Πίστη μου, τη Δύναμή μου και τον σκοπό μου! Συνεχίζω να βλέπω τον σκοπό μου, να τον υπηρετώ και να τον κερδίζω!

Υπομένω με επιμονή και επιμένω με υπομονή! Όλα προέρχονται εκ των έσω και τίποτε εκ των έξω! Έτσι, χτίζεται η ζωή, όπου η Σοφία ποτέ δεν έβλαψε κανέναν! Το αντίθετο ισχύει!

## **10)** ΓΙΑ ΝΑ ΒΡΟΥΜΕ ΧΑΜΕΝΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ

### **α)** Λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις

- Αποκτήστε.....πολλές επαναλήψεις

Οι λέξεις αυτές είναι συμπαντικοί ενεργειακοί διακόπτες και θα υπηρετήσουν κατάλληλα τον σκοπό σας! Το σύμπαν σας ακούει και ανταποκρίνεται ανάλογα!

**β)** Λέμε πολλές φορές: «τίποτα δεν χάνεται κάτω από το βλέμμα του Θεού»!

### **γ)** Επικαλούμαστε τους εξής Αρχαγγέλους (ΑΑ):

- ΑΑ Μιχαήλ, ο οποίος είναι η ορμή της ενεργείας της ζωής, για την πραγματοποίηση του σκοπού.

- ΑΑ Καμουήλ

### **δ)** Επικαλούμαστε τους εξής Αγίους:

- Άγιο Αντώνιο

- Άγιο Φανούριο

**11)** Η ΥΠΗΡΕΣΙΑ (η συμπόνια/ευσπλαχνία και το έλεος στην πράξη) προς τον εαυτό και προς την ανθρωπότητα!

## Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΥΠΗΡΕΣΙΑΣ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

Λέτε:

Στο 1ο σώμα μας: ο ποταμός του ελέους κατέρχεται ως ενέργεια Αγάπης από το Βουδικό πεδίο Φωτός και πραγματώνεται κατ' αρχήν σε εμένα τον ίδιο/α, με έλεος για τον εαυτό μου και ακολούθως απλώνεται σε συνεχώς διευρυνόμενους κύκλους συγκεντρικά σε όλους τους ανθρώπους που αποτελούν την ανθρωπότητα σε υδρογειακή κλίμακα!

Στο 2ο σώμα μας: η ενέργεια του ελέους πλημμυρίζει το συναισθηματικό μας σώμα και δι' αυτού μορφοποιεί και κατασταλάζει την ύλη γύρω μας!

Στο 3ο σώμα μας: οι ιδέες ως νοητικές εικόνες γεμίζουν ενέργεια και διαχέονται σε όλα τα πεδία δραστηριότητας του ανθρώπου (της ανθρωπότητας) όπως: η θρησκεία, η φιλοσοφία, η επιστήμη, η οικονομία, η πολιτική, οι τέχνες, τα γράμματα, ο πολιτισμός (οξύνοια, κατάρτιση, ανιδιοτέλεια) και οι εγκεφαλικές λειτουργίες!

Στο 4ο σώμα μας: ο ΑΑ Ραφαήλ πλημμυρίζει την καρδιά μας και παράγει απίστευτη θεραπευτική αποτελεσματικότητα, όπου ΘΕΡΑΠΕΙΑ = ΥΠΗΡΕΣΙΑ = η κριτική συμπόνια (ευσπλαχνία) και το έλεος στην πράξη!

Στο 5ο σώμα μας: ο ΑΑ Γαβριήλ πλημμυρίζει το 5ο chakra μας και μορφοποιεί σε Λόγο το αδιαφοροποίητο, αρχέγονο δυναμικό μας! Το δυναμικό μας είναι όλα όσα μπορούμε να κάνουμε!

Στο 6ο σώμα μας: οι ΑΑ Ουριήλ και Σάνταλφον γειώνουν τις προαναφερθείσες ενέργειες, όπου γείωση = υλοποίηση (π.χ. εργασία) και ξεπέραςμα!

Στο 7ο σώμα μας: ο ΑΑ Ζακχιήλ μαζί μας, διαποτίζει τον εαυτό μας με ιόχρου (πορφυρή, μωβ) ενέργεια, η οποία σε συγκεντρικούς και διευρυνόμενους κύκλους γύρω μας απλώνεται σε όλη τη Γη – υδρόγειο σφαίρα!  
ΕΓΩ ΕΙΜΑΣΤΕ, ΕΜΕΙΣ ΕΙΜΑΙ! Αυτή είναι η κβαντική ενότητα!

## **12) Η ΕΠΙΚΛΗΣΗ ΤΗΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑΣ ΤΩΝ ΛΥΣΟΣΩΜΑΤΩΝ ΜΑΣ**

*Ορισμός λυσοσωμάτων:* τα λυσοσώματα είναι μικροί, κοίλοι, περίπου σφαιρικοί σχηματισμοί, δηλαδή οργανίδια των κυττάρων μας, τα οποία βρίσκονται μέσα στο ενδοπλασματικό δίκτυο του κυτταροπλάσματος και η λειτουργία τους είναι να διαλύουν ουσίες, τόσο εξωγενείς, όσο και ενδογενείς, οι οποίες έχουν ολοκληρώσει – περατώσει τον κύκλο τους στον μεταβολισμό μας!

Η λειτουργία των λυσοσωμάτων αντιστοιχεί στη διαιρετική – αποσυνδεδετική – αναλυτική δράση του ΝΟΗΤΙΚΟΥ ΜΑΣ ΠΕΔΙΟΥ, δηλαδή του κατώτερου γήινου Νου μας!

Δηλώνουμε την πρόθεσή μας και εστιαζόμαστε οραματικά στα λυσοσώματά μας, και μάλιστα στα λυσοσώματα ενός κυττάρου μας, το οποίο αντιπροσωπεύει συμβολικά όλα τα κύτταρα του οργανισμού μας, και ζητούμε από αυτά να διαλύουν όλα εκείνα τα μόρια, όλες εκείνες τις ουσίες, οι οποίες μας προκαλούν την εκδήλωση των αρνητικών παγίων εκφράσεων και συνηθειών του οργανισμού μας (θα τις απαριθμήσουμε αμέσως παρακάτω). Από την διάλυση των μορίων εξαιρούνται οι θετικές πάγιες εκφράσεις και συνήθειες του οργανισμού μας.

Αυτές οι 2 ομάδες (αρνητική και θετική) έχουν ως εξής:

Αρνητική ομάδα: Σε αυτή συμπεριλαμβάνονται η αυτοκαταστροφικότητά μας,



όλες οι ανεπάρκειές μας πάσης μορφής και φύσεως, ο εσωτερικός μας δολιοφθορέας, το λανθασμένο σύστημα αυτοελέγχου μας, όλες οι λανθασμένες αντιληπτικές δομές μας, η αμφισβήτηση και ο κλονισμός του εγώ μας, ιδίως υπό συνθήκες απόρριψης, κρίσης ή δοκιμασίας, δηλαδή οι χειροπέδες μας της αυτό-αμφισβήτησης, [Παρένθεση: ένα επιπλέον αντίδοτο στην αυτοαμφισβήτηση είναι το να αναζητήσετε και να βρείτε ένα χρήσιμο και ικανοποιητικό για εσάς ρόλο στη ζωή σας!] επίσης, ο φόβος μας εκείνος, ο οποίος δεν μας αφήνει να αισθανόμαστε τον πόνο μας και την αδυναμία μας. Είναι ο φόβος εκείνος μαζί με τους ψυχικούς μας σχηματισμούς, οι οποίοι μας κάνουν να μιλάμε πολύ και γρήγορα, για να μην αισθανόμαστε τον πόνο μας και την αδυναμία μας, πράγμα το οποίο έχει ως αποτέλεσμα να επικαλύπτεται η εσωτερική μας φωνή και δεν μπορούμε να την ακούμε! Δηλώνουμε την πρόθεσή μας στο σύμπαν, να διαλύσουμε αυτό τον φόβο και αυτούς τους ψυχικούς μας σχηματισμούς, ούτως ώστε να ακούμε με ευκρίνεια και σαφήνεια την εσωτερική μας φωνή! Αυτός είναι και ο τρόπος να μάθουμε να ακούμε, δηλαδή να αφουγκραζόμαστε το Πνεύμα και να λαμβάνουμε τη διδαχή και την καθοδήγησή του, κάθε μέρα και με κάθε τρόπο, όλο και καλύτερα!

- Ο φόβος μας εκείνος και οι ψυχικοί μας σχηματισμοί που μας κάνουν να έχουμε τάσεις αλαζονείας, τάσεις εξουσιαστικότητας και γεννούν εκείνη την ανάγκη μας που γεννά την παράνοιά μας, δηλαδή την δράση μας βάσει ενός σχεδίου του κατώτερου γήινου νου μας, υπό συνθήκες έλλειψης ισορροπίας και αναλογίας!

- Ο φόβος μας εκείνος και οι ψυχικοί μας σχηματισμοί που μας κάνουν να μη μπορούμε να είμαστε αρκετά προσεκτικοί και διακριτικοί, όταν λέμε και πράττουμε αναφορικά με τους άλλους, με αποτέλεσμα να τους φέρνουμε σε δύσκολη θέση, πράγμα το οποίο δεν θέλουμε με τίποτα!

- Ο φόβος μας εκείνος και οι ψυχικοί μας σχηματισμοί που μας προκαλούν την σεξουαλική ανεπάρκεια, π.χ. με τη μορφή πρόωρης εκσπερμάτισης ή με τη μορφή σεξουαλικής ανικανότητας!

- Ο φόβος μας εκείνος που κρατά μονίμως συσπασμένους, τον μυ του όσχεου και τους κρεμαστήρες μύες των όρχεων και δεν τους αφήνει να χαλαρώνουν αρκετά!

- Η οκνηρία μας, η νωθρότητά μας και η νωχέλειά μας τόσο στο σωματικό, όσο και στο Πνευματικό πεδίο! Επίσης, η αμετροέπεια και η «βλακεία» μας! (Αμετροέπεια σημαίνει έλλειψη μέτρου)! Οι επιπολαιότητές μας, η ανοησία μας, η έλλειψη σύνεσης και σωφροσύνης εκ μέρους μας, η ακρισία μας, οι απερισκεψίες μας, οι κουτουράδες μας, οι αφηρημάδες μας και εν γένει η αφηρημάδα, συν το γεγονός ότι δεν μπορούμε να θυμόμαστε κάτι το οποίο σκεφτήκαμε ή είπαμε μόλις προηγουμένως. Επίσης, το ότι δεν μπορούμε να θυμόμαστε κάτι το οποίο σκεφτήκαμε ή είπαμε την προηγούμενη, ιδίως αποβραδís ή μετά την επέλευση του ύπνου μας, καθώς και η έλλειψη ολοκληρωμένης προσοχής και παρατηρητικότητας εκ μέρους μας.

[Παρένθεση: Βεβαίως, ας μην παραβλέπουμε ότι στους άκρως τεχνολογικούς καιρούς που ζούμε σήμερα, καταγιζόμαστε από εκατομμύρια πληροφορίες

καθημερινά! Ο εγκέφαλός μας αγωνίζεται να βάλει τα συνεχώς εισερχόμενα νέα δεδομένα σε μία τάξη, και για το σκοπό αυτό, διαχωρίζει τα πρωτεύοντα (επιβιωτικά) από τα δευτερεύοντα κατά το δυνατόν, βάζοντας τα δευτερεύοντα σε πρόχειρη και βραχυπρόθεσμη «αποθήκη» μνήμης. Αν αυτά τα δευτερεύοντα δεν χρησιμοποιηθούν μέσα στις επόμενες 3 μέρες, διαγράφονται! Όμως, το τι κρίνει ο εγκέφαλός μας ως σημαντικό, μπορεί να διαφέρει από αυτό που εμείς πράγματι θεωρούμε σημαντικό! Αυτό μπορούμε να το διορθώσουμε, ζητώντας από τον εγκέφαλό μας να καταχωρεί, στην μακροπρόθεσμη μνήμη του, τα σημαντικά για εμάς, ώστε να τα θυμόμαστε! Ας μην είμαστε λοιπόν αυστηροί με τον εαυτό μας και ας επιτρέπουμε την αποβολή των υπερβολικών και άχρηστων για εμάς πληροφοριών, που τοξινώνουν τον εγκέφαλό μας και που δεν μας προωθούν ως ανθρώπους!]

- Το γεγονός ότι επηρεαζόμαστε από τους άλλους και από τις συνθήκες, που είναι ανώφελο και βλαβερό!

- Το γεγονός ότι αισθανόμαστε αφόρητο τον πόνο και το άγχος του αποχωρισμού, που είναι ανώφελο και βλαβερό!

- Το γεγονός ότι δεν αντέχουμε το να μη μας αγαπούν και συγχρόνως δεν αντέχουμε και το να μας αγαπούν!

- Το γεγονός ότι δεν έχουμε τακτοποιήσει και κλείσει οριστικά τους λογαριασμούς μας με το παρελθόν μας, δεν έχουμε κλείσει οριστικά την θύρα στο παρελθόν μας! Επηρεαζόμαστε από το παρελθόν μας και τον εσωτερικό μας σαμποτέρ και κοιτάζουμε προς τα πίσω και όχι προς τα εμπρός που είναι το σωστό και το κατάλληλο! Όταν κοιτάζουμε πίσω (νοσταλγική στάση) πισωπατάμε, χάνουμε ορμή και είμαστε σαν βέλος που έχασε τον στόχο του και πέφτει άπρακτο στο έδαφος! Αυτό έχει πολύ αρνητικά αποτελέσματα τόσο στο ψυχικό πεδίο, όσο και στο πρακτικό πεδίο!

*Με δύο λόγια:* Όταν το παρελθόν μας παραμένει ανοιχτή πληγή μέσα μας, αποτελεί πηγή εντάσεων και άγχους για εμάς! Με τη δήλωση της πρόθεσής μας, αναλαμβάνουμε την ευθύνη μας να τακτοποιήσουμε και να κλείσουμε οριστικά τους λογαριασμούς μας με το παρελθόν μας! Έτσι, κλείνουμε οριστικά την θύρα στο παρελθόν μας, διότι κλείνουμε, επουλώνουμε και θεραπεύουμε οριστικά την ανοιχτή πληγή του παρελθόντος μας, οπότε αυτή παύει να αποτελεί πλέον πηγή εντάσεων και άγχους για εμάς!

- Ο φόβος μας της απόρριψης από την μητέρα μας και τον πατέρα μας, ο φόβος μας της απόρριψης από τον ή την σύζυγό μας, ο φόβος μας της απόρριψης από τους άλλους και γενικά ο φόβος μας της απόρριψης από τις συνθήκες!

- Ο φόβος μας της αποδοκιμασίας από την μητέρα μας και τον πατέρα μας, ο φόβος μας της αποδοκιμασίας από τον ή την σύζυγό μας, ο φόβος μας της αποδοκιμασίας από τους άλλους και γενικά ο φόβος μας της αποδοκιμασίας από τις συνθήκες!

- Ο φόβος μας της τιμωρίας από την μητέρα μας και τον πατέρα μας, ο φόβος μας της τιμωρίας από τον ή την σύζυγό μας (σύντροφό μας), ο φόβος μας της

τιμωρίας από τους άλλους, ο φόβος μας της τιμωρίας από τις συνθήκες, ο φόβος μας της τιμωρίας μας από τον Θεό, δηλαδή ο φόβος μας της τιμωρίας και στη μεταθανάτια ζωή!

Όσον αφορά την τιμωρία από τον Θεό: ΔΕΝ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΟΙΝΕΣ ΚΑΙ ΤΙΜΩΡΙΕΣ! Υπάρχουν μόνο καρμικές συνέπειες των πράξεων και των σκέψεών μας! Ο ΘΕΟΣ ΔΕΝ ΤΙΜΩΡΕΙ, ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΤΙΜΩΡΟΣ, ΠΟΤΕ!! Ο Θεός είναι Αγάπη, άρα δεν κρίνει, ούτε προπαντός επικρίνει τα ανθρώπινα πλάσματά του, διότι σέβεται και τιμά την ελευθερία της βούλησής τους – επιλογής τους! Ο Θεός δεν εκδηλώνει δυσμένεια, ούτε ευμένεια προς τα ανθρώπινα πλάσματά του! Αυτό που φαίνεται ως θεϊκή ευμένεια είναι η δίκαιη αντιμισθία των ανθρώπων, για την προσφορά τους και για την επιτυχή πορεία τους στο Πνευματικό μονοπάτι! Οι άνθρωποι που ενδύονται «κακούς» ρόλους, οι οποίοι όμως έχουν ΑΠΟΔΟΧΗ στον εαυτό τους, καρπούνται συμπαντικές προσφορές – ανταποκρίσεις, ενώ οι «καλοί» άνθρωποι που δεν έχουν ΑΠΟΔΟΧΗ στον εαυτό τους, δεν καταφέρνουν να λάβουν συμπαντικές προσφορές, διότι πιστεύουν, υποσυνείδητα, ότι δεν τις αξίζουν!

- Ο φόβος μας της εγκατάλειψης από την μητέρα μας ή από τον πατέρα μας, ο φόβος μας της εγκατάλειψης από τον ή την σύντροφό μας, ο φόβος μας της εγκατάλειψης από τους άλλους ή από τις συνθήκες, ο φόβος μας της εγκατάλειψης από τον Θεό!

Όσον αφορά τον φόβο εγκατάλειψης από τον Θεό, η ορθή και σωστή στάση εδώ είναι: Εμπιστέψου παιδί μου και σκέψου! Κύριε στα χέρια σου αφήνομαι, στην ευσπλαχνία σου απευθύνομαι! Προβαίνω στον απόλυτο Πνευματικό χειρισμό, δηλαδή αφήνομαι οριστικά και αποφασιστικά στο έλεος του Θεού, του Κυρίου! Γεννηθήτω Κύριε το ΘΕΛΗΜΑ σου, μέσα από εμένα! Εξάλλου, όλοι είμαστε στο έλεος του Κυρίου!

- Ο φόβος μας της καταπίεσής μας από την μητέρα μας ή από τον πατέρα μας, ο φόβος μας της καταπίεσής μας από τον ή την σύντροφό μας, ο φόβος μας της καταπίεσής μας από τους άλλους, ο φόβος μας της καταπίεσής μας από τις συνθήκες!

- Ο φόβος μας της ταπείνωσης και του εξευτελισμού από την μητέρα μας ή και από τον πατέρα μας, ο φόβος μας της ταπείνωσης και του εξευτελισμού μας από τον ή την σύντροφό μας, ο φόβος μας της ταπείνωσης και του εξευτελισμού μας από τους άλλους, ο φόβος μας της ταπείνωσης και του εξευτελισμού μας από τις συνθήκες!

- Ο φόβος μας της απώλειας της θετικής προσδοκίας μας!

- Ο φόβος μας της απόγνωσής μας, διότι δεν υπάρχει ανοιχτός ορίζοντας (βλέπουμε αδιέξοδο) μπροστά μας!

- Ο φόβος μας της μοναξιάς και της απομόνωσής μας και ταυτόχρονα ο φόβος μας της επικοινωνίας!

- Ο φόβος μας της αποτυχίας και ταυτόχρονα ο φόβος μας της επιτυχίας! Νιώθουμε δηλαδή ΕΝΟΧΗ, τόσο κατά την αποτυχία, όσο και κατά την επιτυχία

μας, δηλαδή συμβαίνει πραγματικά ενεργειακή καταστροφή!

[Παρένθεση, για να μιλήσουμε, ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΕΝΟΧΗΣ.

▪ Η ενοχή-αμαρτία κατά την Ελληνορθοδοξία είναι αστοχία, απλώς! Τίποτε άλλο! Μπορείς να επαναλάβεις την προσπάθειά σου μέχρι να επιτύχεις την ευστοχία!

▪ Οι Ρωμαιοκαθολικοί αποκαλούν αμαρτία το αίσθημα ντροπής – ενοχής – ανεπάρκειας του ανθρώπου! (Δείτε αναλυτικά στην 3η συνάντηση του κύκλου 2014-2015, [www.vassilisfragkos.gr](http://www.vassilisfragkos.gr))

▪ Το αίσθημα αυτό, οι Ρωμαιοκαθολικοί το εξουδετερώνουν με την εξομολόγηση που οδηγεί στη συγχώρηση από τον ιερέα, για τον αμαρτωλό! Έτσι, οι Ρωμαιοκαθολικοί πιστοί λυτρώνονται – απαλλάσσονται από την τυραννία της μεταμέλειας – ανάγκης μετάνοιας, εξαγνισμού και εξιλέωσης, διότι ο ιερέας τους παρέχει ΑΦΕΣΗ ΑΜΑΡΤΙΩΝ (absolution) = αθώωση από την ΕΝΟΧΗ! Η ενοχή περιλαμβάνει και τον φόβο για τιμωρία στην μετά θάνατον αιώνια ζωή, ως συνέπεια των αμαρτιών του αμαρτωλού!

▪ Αντιλαμβάνεστε ότι αυτή η αντίληψη – διαδικασία των Ρωμαιοκαθολικών δίνει πολύ μεγάλη κοινωνική δύναμη επιρροής στον Ρωμαιοκαθολικό κλήρο!]

▪ Εγώ, ταπεινά σας προτείνω, βάσει της ΓΝΩΣΗΣ που απέκτησα από την σχέση μου με το Πνεύμα, να πάψετε να κουβαλάτε την ενοχή σαν βαρίδι μέσα σας! Η ΕΝΟΧΗ είναι βαρίδι μέσα σας, διότι σημαίνει και φόβο τιμωρίας στην αιώνια ζωή! Σημαίνει επίσης αυτοκαταστροφικότητα!

▪ Τα συνειδησιακά εργαλεία που σας παρουσίασα και οι ψυχικές γομολάστιχες που θα ακολουθήσουν βοηθούν στην απάλειψη των περιπτώσεων τύψεων – ενοχών – ντροπής, ούτως ώστε να αποφεύγετε να κρίνετε, να επικρίνετε και να καταδικάζετε τον εαυτό σας αυστηρά, ενώ όλα αυτά είναι περιττά και επιπλέον αρρωσταίνουν τον άνθρωπο (κατάσταση φωτογραφίας Α).

- Εσείς μπορείτε να αυτορρυθμίζεστε ενεργειακά, ώστε να μετουσιώνετε την κατάσταση φωτογραφίας Α, σε κατάσταση φωτογραφίας Β, λέγοντας τη δήλωση: «Δηλώνω στο σύμπαν την πρόθεσή μου, να διαλύω όλους αυτούς τους φόβους μου, όλες αυτές τις ακατάλληλες, ανεπιθύμητες, μεγάλες συγκρούσεις μέσα μου, ούτως ώστε να λυτρωθώ – απελευθερωθώ από αυτές με τον καταλληλότερο τρόπο, με το μικρότερο δυνατό κόστος!»! Το ίδιο να ισχύει και για όλες τις Α-ΣΘΕΝΕΙΕΣ τις οποίες ενδεχομένως έχετε!

Ακολουθεί, όπως έγινε μέχρι τώρα η απαρίθμηση των ασθενειών σας, προς διάλυση των βιοχημικών αιτίων τους, από τα λυσοσώματά σας, όπως προείπαμε! Πρόκειται για βαθιά ΚΑΘΑΡΣΗ, την οποία μπορείτε να ενεργοποιείτε μία φορά κάθε μέρα, εφ' όρου ζωής σας!

Όταν ολοκληρώνετε και την απαρίθμηση των ασθενειών σας θα κλείνετε την θεραπευτική σας δήλωση λέγοντας: «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν, η κάθαρση των ασθενειών μου μέσω των λυσοσωμάτων μου να γίνεται σύμφωνα με τον νόμο της αβλάβειας και για το ανώτερο καλό όλων, υπό τον όρο να παραμένω πάντα απόλυτα ισορροπημένος/η! Συνδημιουργώ όλα αυτά με το Πνεύμα και αναλαμβάνω την ευθύνη της συνδημιουργίας μου! Αγάπη και Φως! Γέγονε! Αμήν!»

### **ΓΕΝΙΚΗ ΟΔΗΓΙΑ ΠΡΩΤΗ:**

Χρησιμοποιείτε όλα τα συνειδησιακά εργαλεία τα οποία σας έδωσα, ένα προς ένα, διαδοχικά, με την σειρά τους, με υπομονή και επιμονή μέχρις ότου επιτύχετε ανακούφιση στο όποιο ψυχικό ή σωματικό πρόβλημά σας! Δεν μπορεί να υπάρχει σωματική υγεία χωρίς ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ!

### **ΓΕΝΙΚΗ ΟΔΗΓΙΑ ΔΕΥΤΕΡΗ:**

Χρησιμοποιείτε όλες τις ψυχικές γομολάστιχες που θα σας δώσω, μία προς μία, διαδοχικά, με την σειρά τους, με υπομονή και επιμονή μέχρις ότου επιτύχετε ανακούφιση στο όποιο ψυχικό ή σωματικό πρόβλημά σας! Για να εξουδετερώσετε τις όποιες αντιστάσεις απέναντι σε όλα τα παραπάνω, κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης – εξισορρόπησης αυτών των αντιστάσεων! Έτσι θα υπερβαίνετε, λύνετε το πρόβλημα!

# ΜΕΡΟΣ 2ο – ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ

## ΠΡΟΟΙΜΙΟ

### ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΙΣΜΟΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΗΣ

Όταν έχεις προβλήματα οποιασδήποτε μορφής και φύσης, ΑΠΟΔΕΞΟΥ την κατάσταση ως έχει! Άφηνε τον πόνο σου να βγαίνει, αλλά μην παραδίνεσαι στη θλίψη και στη δυστυχία! Αυτή είναι «η ευγένεια κατά την δυστυχία»! Με τα ψυχικά εργαλεία που σου δίνω και με την ΑΠΟΦΑΣΗ σου, θα αποκοπείς από τα παλιά, ανεπιθύμητα – αρνητικά πρότυπα της ζωής και θα ανοίξει ο δρόμος για μια καινούρια, καλύτερη ζωή! Χρειάζεται ένας βαθμός ωριμότητας για να μπει κάποιος σε ψυχοθεραπεία! Θα μάθεις τρόπους αντιμετώπισης των αρνητικών συναισθημάτων σου. Θα μάθεις πως να παίρνεις αποστάσεις από την αρνητική ένταση και από την αίσθηση της δυστυχίας μέσα σου (καταστάσεις φωτ/φίας Α) ούτως ώστε να χαλυβδώνεσαι στον ιδιωτικό σου βίο!

Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, ΔΙΕΥΚΟΛΥΝΟΥΝ την διαχείριση των ανεπιθύμητων – αρνητικών συναισθημάτων σας, που είναι παράγωγα της κατάστασης φωτογραφίας Α μέσα σας! Αυτά τα αρνητικά συναισθήματα είναι τα συναισθηματικά σκουπίδια σας που έχουν καταπλακώσει τον αληθινό εαυτό σας, δηλαδή την κατάσταση φωτογραφίας Β μέσα σας! Σας βοηθούν να απαλλαγείτε από αυτά τα συναισθηματικά σκουπίδια σας!

Οι ψυχικές καταστάσεις των ενηλίκων ως προσωπικότητας δεν μπορούν να γίνουν κατανοητές χωρίς αναφορά στην παιδική ηλικία των ατόμων (μέχρι 3-5 ετών). Υπάρχει σταδιακή συνύφανση του σώματος και του ψυχισμού κάθε συγκεκριμένου ατόμου. Όπου, ωριμότητα = υγεία και υγεία = ωριμότητα. Οι ψυχικές γομολάστιχες και τα συνειδησιακά εργαλεία που σας δίνω, κατεδαφίζουν σταδιακά τις παθολογικές άμυνες της προσωπικότητας του ατόμου, καθώς και τα άγχη του, π.χ. εκείνα με προέλευση από το οιδιπόδειο σύμπλεγμα, οπότε προκύπτει σταδιακά ανάλογη βελτίωση της αυτό-αντίληψης του ατόμου καθώς και της αντίληψής του και της ικανότητάς του να αντιμετωπίζει παραγωγικά την περιβάλλουσα πραγματικότητα! Έχουμε υποχρέωση να αντιλαμβανόμαστε την πραγματικότητα! Επίσης προκύπτουν τα εξής: το άτομο ανακτά σταδιακά την βεβαιότητα ότι η ζωή αξίζει να την ζει κάποιος. Επίσης, απελευθερώνεται και διαυγάζεται η Διάκρισή του, όπου Διάκριση = ξέρω τι κάνω και καταλαβαίνω τι σημαίνει αυτό που κάτω! Έτσι πρέπει να λειτουργεί η αμείλικτα άγρυπνη, ενεργά κριτική των πραγμάτων Συνείδηση του ανθρώπου!

Με τις ψυχικές γομολάστιχες και με τα συνειδησιακά εργαλεία που σας δίνω, γίνεται επιστροφή του ατόμου στην θεμελιώδη εκείνη κατάσταση από την οποία μπορεί να ξεκινήσει πάλι από την αρχή, δηλαδή την κατάσταση φωτογραφίας Β! Έτσι, ανατρέχει και εξουδετερώνει τα προβλήματα στις πηγές τους! Όλα τα προηγούμενα συνιστούν μία συντεταγμένη προσπάθεια να έλθει το παρελθόν στο παρόν και να εμφανισθούν αλλαγή και ανάπτυξη. Αλλαγή και ανάπτυξη εκεί όπου, διαφορετικά, υπάρχει μόνο δυσκαμψία ψυχική εκ μέρους του

θεραπευόμενου ατόμου, δηλαδή προκύπτει ΚΑΘΑΡΣΗ ΤΩΝ ΑΠΩΘΗΜΕΝΩΝ (των καταστάσεων φωτογραφίας Α), δηλαδή οι ψυχικές γομολάστιχες φέρουν στην επιφάνεια της Συνείδησης κρυμμένα κοιτάσματα του χαρακτήρα του, της προσωπικότητάς του!

Έτσι, θα πάψει το αποτέλεσμα από κάθε αφορμή, ακόμα και την πιο ασήμαντη, η οποία φέρνει ξανά στο προσκήνιο το εμβρυϊκό και μικροπαιδικό παρελθόν μας και τις στρεβλώσεις του με μορφή φωτογραφίας Α! Οι στρεβλώσεις προκύπτουν εξαιτίας των λανθασμένων προγραμματισμών από την οικογένεια, το σχολείο, τη θρησκεία και την πολιτική εξουσία (τα τοξικά πρόσωπα στη ζωή μας). Από πλευράς επιστημονικής, αλλά και εσωτερικής ψυχολογίας, το παιδί που υπήρξε, ζει πάντα μέσα στον ενήλικο! Εντούτοις, ο Απόστολος Παύλος στην 1η προς Κορινθίους επιστολή του δίνει το υπόδειγμα της θεραπείας γράφοντας: «*Ότε ἤμην νήπιος ὡς νήπιος ἐφρόνουν, ὡς νήπιος ἐλάλουν· ὅτε ἠλικιώθην ἀπέβαλον τὰ τοῦ νηπίου καὶ ὡς ἐνήλικος ἀγωνίζομα*»!

Με τη βοήθεια αυτού του βιβλίου θα μπορέσεις να κατανοήσεις αυτό που σου συμβαίνει! Οπότε, όταν κατανοείς – καταλαβαίνεις κάτι (φωτίζεσαι), μπορείς να το ελέγξεις καλύτερα! Αυτή είναι η Δύναμη που δίνει η ψυχολογική ΓΝΩΣΗ! Όταν κάνουμε ψυχικές γομολάστιχες λύνονται ψυχικοί κόμποι μέσα μας (εσωτερικές συγκρούσεις ή εντάσεις συνειδητές ή υποσυνειδητές) και προκύπτει μεγάλη ανακούφιση! Έτσι, κατανοούμε και ξεπερνούμε ευκολότερα τις ψυχικές μας ή τις αντικειμενικές δυσκολίες μας στο περιβάλλον! Ο Νους μας γαληνεύει και διαυγάζεται, γίνεται ΝΗΦΑΛΙΟΤΕΡΟΣ!

Αυτός είναι ο τρόπος που σας δυναμώνουν ψυχικά τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω! Ομοίως, απελευθερώνουν και δυναμώνουν το ΑΥΤΕΞΟΥΣΙΟΝ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ, δηλαδή βοηθούν την αυτοπραγμάτωση του ανθρώπου ως Λόγου αυτοκινήτου και αυτοπροσδιοριζόμενου, ως ενός ζώου που μπορεί να αυτοεξημερώνεται και να αυτοθεώνεται! Συνειδητά! Είμαστε θείος Νους που συνειδητοποιεί τον Εαυτό του! Όλα ξεκινούν από εμάς και καταλήγουν σε εμάς! Το αυτεξούσιον σχετίζεται και εξαρτάται από την ΘΕΛΗΣΗ και από την Δύναμη που δίνει η ψυχολογική ΓΝΩΣΗ! Στα πλαίσια αυτά ο άνθρωπος μπορεί να είναι Λόγος αυτοκίνητος και αυτοπροσδιοριζόμενος, άνθρωπος Αυτεξούσιος! Έτσι, ο άνθρωπος μπορεί να είναι ένα ζώον που μπορεί να αυτοεξημερώνεται και να αυτοθεώνεται Συνειδητά! Ο άνθρωπος αναπτύσσεται σκαρφαλώνοντας πάνω στους ίδιους του τους ώμους! Είναι μία σπίθα βούλησης (πρόθεσης) που ανήκει στον θείο ΝΟΥ!

Στα πλαίσια αυτά, είναι εφικτή μία ζωή χωρίς ενοχές, δηλαδή χωρίς αυτοκατάκριση, αυτοκατηγορία, αυτομαστιγώση, αλλά με ΕΥΘΥΝΗ, όπου ευθύνη = η παραίτηση από κάθε ναρκισσισμό (εγωισμό - φόβο) και η φροντίδα για το μέλλον! (Ο ναρκισσισμός = δεν δίνεις σημασία σε κανέναν άλλον εκτός από τον εαυτό σου / Επίσης, ναρκισσισμός = αυτοθαυμάζομαι!) Έτσι, θα αισθάνεστε αρκετά δυνατοί ώστε να μη χρειάζεστε να στηριχτείτε από κάτι άλλο ή από κάποιον άλλον (να μην εξαρτάστε, να είστε αυτόνομοι και αυτοτελείς ψυχικά)! «Εις ουδεμίαν άλλην ουσίαν να στηρίζεσαι πλην της ιδικής σου!» δηλαδή να είσαι ο πατέρας και η μητέρα του εαυτού σου, όλα εκ των έσω, τίποτα εκ των έξω! Έτσι, θα έχετε αυτοπεποίθηση, δηλαδή πίστη – εμπιστοσύνη στις πράξεις σας, στη Δύναμή σας και με αυτό τον τρόπο γίνεστε και

παραμένετε Κύριοι του μυαλού σας! Με τις ψυχικές γομολάστιχες γυρίζουμε το ρολόι πίσω στον ηλικιακό χρόνο και αναπαριστούμε τις τότε συνθήκες συμβολικά, στο πεδίο της φαντασίας! Κατά την διαδικασία αυτή εκδηλώνεται αυτόματη εξωτερίκευση αρνητικών, αλλά και θετικών συναισθημάτων.!

ΣΗΜΕΙΩΣΗ: όλα αυτά γίνονται αβλαβώς και αζημίως για όλους και όλα, στο συμβολικό – φαντασιακό επίπεδο! Οπότε, μπορεί να ακολουθήσει η αποδοχή, η κατανόηση και η συν-χώρεση, για συμφιλίωση και απελευθέρωση οριστική – ριζική από το πρόβλημα! Πρόκειται για μία μαθητεία, όπως π.χ. η εκμάθηση μίας ξένης γλώσσας! Κάθε μαθητεία χρειάζεται αυτοσυγκέντρωση και εξάσκηση! Εξασκηθείτε, Εξασκηθείτε, Εξασκηθείτε! Είναι προτιμότερη η εξάσκηση από την λήψη ψυχοφαρμάκων!

Εάν τα οργανωτικά πρότυπα της εμβρυϊκής, του τοκετού και της μικρής παιδικής ηλικίας αφεθούν ασύδοτα, χωρίς φροντίδα, τότε αναπαράγονται στις μελλοντικές σχέσεις των παιδιών με τους ερωτικούς τους συντρόφους και με τα μέλη των δικών τους οικογενειών! Τα στρεβλά οργανωτικά πρότυπα – βιώματα της ηλικίας μέχρι 3-5 ετών ζωής καθορίζουν ως χαρακτήρας όλη την υπόλοιπη ζωή του ατόμου, και δια της αυτοαναπαραγωγής τους δυναμώνουν όλο και περισσότερο με την ηλικία, ΕΚΤΟΣ ΑΝ ΓΙΝΕΙ ΑΝΑΣΥΓΚΡΟΤΗΣΗ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ με ψυχοθεραπεία κατά τα γνωστά! Το βιβλίο που διαβάζετε βοηθάει σε αυτό! Άρα, αν δεν έχουμε σωστές σχέσεις με τους γονείς μας στα μικρά παιδικά μας χρόνια, όπως παραπάνω αναφέρθηκε, δεν μπορούμε να έχουμε σωστές σχέσεις και με τους ερωτικούς μας συντρόφους ως ενήλικοι! Δεν μπορούμε να έχουμε σωστές σχέσεις ούτε και με τα μέλη της δικής μας οικογένειας, διότι κάνουμε αναπαραγωγή των προτύπων διδαγμένης αντίληψης! Οπότε, πάλι ισχύει η ανάγκη για ανασυγκρότηση χαρακτήρα με ψυχοθεραπεία, κατά τα γνωστά!

Μπορείτε να μάθετε να χειραγωγείτε εσείς το μυαλό σας κι όχι εκείνο εσάς, όπως γινόταν μέχρι τώρα!

Με τις ψυχικές γομολάστιχες τις οποίες σας δίνω, γυρίζουμε πίσω στην μαγνητοταινία του υπαρξιακού μας συνεχούς και την καθαρίζουμε μεθοδικά από τις τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις φόβων, ψυχικές στρεβλώσεις, όλα τα συναισθηματικά σκουπίδια μας που έχουν εγγραφεί σε αυτήν! (δείτε την παρακείμενη σχετική εικόνα). Σε αυτά τα συναισθηματικά σκουπίδια περιλαμβάνεται και η ενεργοποίηση της μηχανής της εκδίκησης (the revenge machine) στο ζωώδες μέρος του εγκεφάλου! Σύμφωνα με αυτόν τον μηχανισμό, το άτομο θέλει να ανταποδώσει με τον ίδιο τρόπο, όλα όσα υποφέρει! Το κατώτερο γήινο «εγώ» θέλει να εκδικηθεί για τα δεινά του! Έτσι, προκύπτει το φιλέκδικον, η μνησικακία! Η μνησικακία είναι σοβαρή απειλή για την Υγεία! Η κατάσταση αυτή φέρεται υπό το όνομα «νόμος της ταυτανταπόδοσης»! Επειδή όμως το παιδάκι – ζώακι δεν μπορεί να ανταποδώσει τα ίδια, διότι είναι μικρό και αδύναμο, τα κρατάει μέσα του και τα στρέφει ενάντια στον εαυτό του, μέσω της λειτουργίας του εγκεφάλου του! Από πλευράς επιστημονικής, αλλά και εσωτερικής ψυχολογίας, το παιδί που υπήρξε, ζει πάντα μέσα στον ενήλικο! Οι τοξικές αναμνήσεις του παιδιού που υπήρξαμε δεν χάνονται, αλλά ενσωματώνονται στο υποσυνείδητο και ενεργούν ως διαμορφωτικές εμπειρίες (experiences formatives, formative experiences)! Αυτές οι διαμορφωτικές εμπειρίες είναι η πηγή των αντιστάσεων στη θεραπεία και του εσωτερικού δολιοφθορέα! Είναι τα λεγόμενα οργανωτικά πρότυπα –



δυναμικά στερεότυπα που καθορίζουν τον ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ του ατόμου – προσώπου, δηλαδή η διδαγμένη αντίληψη και η αναπαραγωγή της! Οι αντιστάσεις στη θεραπεία μπορούν να εξουδετερωθούν με διαδικασία συν-χώρεσης – εξισορρόπησης αυτών των αντιστάσεων!



Εικόνα του υπαρξιακού συνεχούς

Όταν οι αντιστάσεις σας στη θεραπεία είναι ισχυρές, τόσο κατά την χρήση των συνειδησιακών εργαλείων, όσο και κατά τη χρήση των ψυχικών γομολαστίχων, τότε κάνετε την διαδικασία της συν-χώρεσης των αντιστάσεών σας! Έτσι, οι αντιστάσεις σας θα μειωθούν – εξασθενήσουν και θα μπορέσετε να πάτε μέσα σας βαθύτερα και η θεραπεία σας θα επιταχυνθεί και θα φθάσει μακρύτερα! Σας προσθέτω επίσης τα εξής:

### **1<sup>η</sup> προσθήκη**

Λέτε: Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν να ανοίξω και να δέχομαι αυτό που έρχεται για μένα χωρίς να προβάλλω αντιστάσεις! Να αφεθώ στην αγκαλιά του Πνεύματος χωρίς να οδύρομαι και να κλοτσάω! Ανοίγω και δέχομαι με ευγνωμοσύνη και πλήρη εμπιστοσύνη – πίστη!

### **2<sup>η</sup> προσθήκη**

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν να θεραπευτούν όλα τα μέρη του εαυτού μου που με κάνουν δυστυχισμένο/η!

Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν να καταργήσω όλα όσα με οδηγούν να αρνούμαι τον εαυτό μου και την αξία μου!

Αποδεικνύω στον εαυτό μου ότι μπορώ να τον αγαπάω και ότι μπορώ να συν-χωρώ όλα όσα δεν του αρέσουν, γιατί όλα αυτά είμαι ΕΓΩ!

Σταματώ να αντιστέκομαι στο προχώρημά μου! Αποδέχομαι και αγαπώ όλα τα

μέρη μου και προοδεύω!

Επιπλέον επιτυγχάνεται η ρήξη – διακοπή με την μαγική σκέψη του παιδιού μέσα μας, όπου η σκέψη= πράξη σαν να έγινε μαζί με την συνακολούθη ενοχή! Η σκέψη του παιδιού είναι μαγική και συμβολική ενώ του ενήλικου πρέπει να είναι Λογική και πραγματιστική!

ΠΑΡΕΜΠΙΠΤΟΝΤΩΣ, σας προτείνω να είστε προετοιμασμένοι ευνοϊκά, όταν εκδηλώνονται θεραπευτικές αντιδράσεις κατά την εφαρμογή ψυχικών γομολαστίχων, πχ

- Μπορεί να εκδηλωθεί σπασμωδικό – υστερικό γέλιο, όπου το γέλιο λειτουργεί ως φονιάς του φόβου που αναμοχλεύεται και διαλύεται, *όπερ ἔδει δείξαι!* Τυχαίο παράδειγμα είναι το κάψιμο κατά τη διαδικασία του φακέλλου (δες παρακάτω).

- Μπορεί να εκδηλωθεί μεγάλη κραυγή (πρωτογενής ονομαζόμενη), ιδίως κατά το σπάσιμο μπουκαλιών! Όσα περισσότερα μπουκάλια σπάτε, τόσο το καλύτερο για εσάς! (δείτε παρακάτω), πχ μπορείτε να σπάσετε 50 ή 100 μπουκάλια και να ελδηλωθεί η πρωτογενής κραυγή, η οποία είναι ΕΞΟΧΩΣ ΛΥΤΡΩΤΙΚΗ!

Σημείωση: με το σπάσιμο του γυάλινου μπουκαλιού ακυρώνετε-αφαιρείται-καταργείται η επίδραση της (απορριπτικής- θυμωμένης) μήτρας μέσα μας, διότι το σχήμα του μπουκαλιού θυμίζει το σχήμα της μήτρας! Λέγετε επιπλέον: μήτρα που με κυοφόρησες, μητέρα που με ανάθρεψες σε ευχαριστώ για το μάθημα που μου έδωσες και σε αποχαιρετώ με ΑΓΑΠΗ!

**ΓΕΝΙΚΟ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ:** Ο στοχαστικός βίος είναι ζητούμενο, όπως και η επιμέλεια του εαυτού για ΑΥΤΕΠΙΓΝΩΣΗ! Για να θεραπευτεί ο άνθρωπος πρέπει να το αποφασίσει ο ίδιος! Δεν υπάρχει θεραπεία, αν δεν την αποφασίσει ο ίδιος ο άνθρωπος! Δεν μπορεί να υπάρχει σωματική υγεία χωρίς ΨΥΧΙΚΗ ΥΓΕΙΑ!

Μπορείς να γίνεις Κύριος ή Κυρία των ψυχικών σου δυνάμεων και να τις αναπτύξεις, κατά βούληση, προς την κατεύθυνση που θα επιλέξεις εσύ, ο/η ίδιος/α! Έτσι, μπορείς να μάθεις να κυριαρχείς σε αυτό που σου συμβαίνει και οδηγεί εσένα ή και την οικογένειά σου στο χάος και στην απόγνωση!

Έτσι, θα μπορέσετε σταδιακά να περάσετε από τις ενστικτώδεις αντιδράσεις ανηλικού μέσα σας, στις Συνειδητές, Λογικές αποκρίσεις ενηλικού μέσα σας, όπως ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ!

Έτσι, θα ξυπνήσουν μέσα σας, οι δικές σας δυνάμεις και δυνατότητες, ούτως ώστε να μη χρειάζεστε πλέον θεραπεία και θεραπευτή! Σας παραπέμπω και στους 3 κύκλους σύνδεσης με τον Εαυτό, 2013-2014, 2014-2015, 2015-2016 στην διεύθυνση διαδικτύου [www.vassilisfragkos.gr](http://www.vassilisfragkos.gr)

Επίσης σας θυμίζω ότι η ατομική σας προσπάθεια, ΑΡΙΣΤΟΝ ΕΙΝΑΙ να συνοδευτεί με Ψυχοθεραπεία είτε εσωτερισμού, είτε συμβατική! Όλα αυτά, με σκοπό την καλύτερη ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ! Ο άνθρωπος, είναι καλό, να ξέρει ποιος ΕΙΝΑΙ! Διότι η στιγμή της αυτογνωσίας είναι η στιγμή της λύτρωσης! Μέσω της Συνειδητής, Λογικής διαχείρισης των ψυχικών γομολαστίχων (μηχανισμός διάλυσης των φόβων με εξοικείωση συμβολικά σε αυτούς) επιτυγχάνουμε Ειρήνη με το παρελθόν μας! Τούτο επιτυγχάνεται διαμέσου της θεραπείας των ψυχοτραυμάτων από το παρελθόν μας ως μικρών παιδιών και εμβρύων. Έτσι δηλαδή, επιτυγχάνουμε διαχειρίσιμα και εξισορροπημένα πάθη = Ειρήνη στην καρδιά = ΥΓΕΙΑ, δηλαδή επιτυγχάνεται εκφόρτιση χωρίς εξάρτηση, εκεί όπου

επικρατούσε εξάρτηση χωρίς εκφόρτιση!

ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ προκαλούν ανάσυρση δεδομένων στη Συνείδηση, ξυπνούν μνήμες της μικρής παιδικής και εμβρυϊκής ηλικίας (the early recollections) όπως, τοξικών – οδυνηρών αναμνήσεων και αδιανόητων φόβων, με αποτέλεσμα την απόσβεσή τους, διότι προκαλείται αυτοματικά ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΗ τους! Έτσι, βελτιώνεται η κατάσταση πνεύματος και η κατάσταση ύπαρξης του ατόμου! Η θεραπευτική συνειδητοποίηση (ΕΠΙΓΝΩΣΗ) είναι το 51% της θεραπείας! Πρόκειται για Συνειδησιακό άλμα!

Λοιπόν, η Συνειδητή, Λογική επεξεργασία του ψυχοτραύματος διευκολύνεται από τα συνειδησιακά εργαλεία και από τις ψυχικές γομολάστιχες που σας παρουσιάζω! Οι ψυχικές γομολάστιχες αναπαριστούν τα παθήματα της εμβρυϊκής και της μικρής παιδικής ηλικίας (έως 3-5 ετών)! Είναι προσομοίωση και ομοιώματα συμβάντων εκείνης της εποχής!

Οι ψυχικές γομολάστιχες απελευθερώνουν εσάς από τους γονείς σας και τους γονείς σας από εσάς! Σας βοηθούν να γίνετε σταδιακά ο πατέρας και η μητέρα του εαυτού σας! όλα αυτά επιτυγχάνονται όταν σκύβουμε στο παρελθόν μας και κατανοούμε για ποιόν λόγο συμβαίνουν τα πράγματα! Οι ψυχικές γομολάστιχες βοηθούν σε αυτήν την κατανόηση!

Όλες οι ψυχικές γομολάστιχες παράγουν από-ταύτιση καταρχήν από τους γονείς = ελευθερία να γίνεστε και να είστε ο αληθινός εαυτός σας (στην κατάσταση φωτογραφίας Β)! Άρα, όσο περισσότερο χρησιμοποιούνται οι ψυχικές γομολάστιχες, τόσο το καλύτερο για εσάς!

Η ΓΝΩΣΗ αλλάζει τα πάντα! Λοιπόν αλλάξτε τα δεδομένα σας! Αυτό σημαίνει θεός επί της Γης! Η δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ αλλάζει τα πάντα!

Οι ψυχικές γομολάστιχες και τα συνειδησιακά εργαλεία τα οποία σας δίνω σας βοηθούν να διαχειριστείτε Λογικά τους φόβους, τις ανησυχίες και τα πάθη σας. έτσι, εξυπηρετείται και η Πνευματική σας άνοδος – εξέλιξη!

Οι εμπειρίες των πρώτων 3-5 ετών της ζωής μας καθώς και οι εξωτερικές συγκυρίες δημιουργούν – διαμορφώνουν την ΑΥΤΟ-ΑΝΤΙΛΗΨΗ μας! Όσο πιο ισχυρή είναι η κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα μου, τόσο πιο περιορισμένη και στρεβλωτική είναι η αυτοαντίληψή μας! Όσο πιο ισχυρή είναι η κατάσταση φωτογραφίας Β μέσα μας, τόσο πιο διευρυμένη και χωρίς στρεβλώσεις είναι η αυτοαντίληψή μας! Οι ψυχικές γομολάστιχες αλλά ζουν την πραγματικότητα μέσα μας, άρα και έξω μας σε όλα τα επίπεδα ψυχοσεξουαλικής εξέλιξης του ατόμου, ακόμη και ενδομητρίως, όπως επίσης και την εμπειρία του δύσκολου τοκετού! Οι ψυχικές γομολάστιχες ενεργοποιούν μέσα μας την μετάβαση από τις καταστάσεις φωτογραφίας Α σε καταστάσεις φωτογραφίας Β! Όλα γίνονται αβλαβώς και αζημίως για όλους και όλα! Όμως, πέρα από την χρήση των ψυχικών γομολάστιχων, οι οποίες μικραίνουν το πρόβλημα και διευκολύνουν την συνειδητοποίηση του, σημειώστε ότι ΜΟΝΟΝ Η ΑΠΟΔΟΧΗ ΚΑΙ Η ΣΥΝΧΩΡΕΣΗ – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ ΛΥΝΟΥΝ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΣΤΗ ΡΙΖΑ ΤΟΥ! Άρα, ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΚΑΙ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, συμβατική ή εσωτερική ακόμα καλύτερα!

Κατά την θεραπευτική διαδικασία θα προκύπτει ανακουφιστική εμπειρία! Αυτή η ικανοποίηση που θα φέρνει το καινούριο, να συγκρατείται στη μνήμη σας έτσι ώστε να σας καθοδηγεί και να σας ενθαρρύνει, για να την ξανακάνετε

(ξαναπετύχετε) κάθε φορά που χρειάζεται στο μέλλον! Αυτή η ανακουφιστική εμπειρία δηλαδή, να αποτελεί μέσα σας πρότυπο για το μέλλον, ώστε να την ξανανιώθετε (επαναλαμβάνετε) όταν είναι ανάγκη!

Η μέθοδος με τις ψυχικές γομολάστιχες είναι ανασκαφέας του κάδου των τοξικών – οδυνηρών αναμνήσεων του ατόμου! Με τα συνειδησιακά εργαλεία και με τις ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω αποσύρονται από μέσα σας όλα εκείνα τα συναισθηματικά σκουπίδια και φορτία φόβου (καταστάσεις φωτ/φίας Α) που έχουν εγγραφεί – αποθηκευτεί μέσα σας από τα εμβρυικά και μικρά παιδικά σας χρόνια και μετέπειτα. Με αυτό τον τρόπο τα συναισθηματικά σκουπίδια και φορτία φόβου διαλύονται μεταβαίνοντας στο ΦΩΣ της Συνείδησης, δηλαδή ξεριζώνουμε από μέσα μας τοξικά – οδυνηρά κομμάτια του εαυτού μας (καταστάσεις φωτ/φίας Α)!

Ο συνδυασμός των συνειδησιακών εργαλείων με τις ψυχικές γομολάστιχες παράγει εξαιρετικά θεραπευτικά αποτελέσματα, διότι απελευθερώνει το άτομο για να ζει τη ζωή του έξω από τη φυλάκισή του στη συμμόρφωση (κομφορμισμό) για να το αγαπούν οι Άλλοι! Συνοπτικά, η ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ ΤΡΟΠΟΣ ΖΩΗΣ!

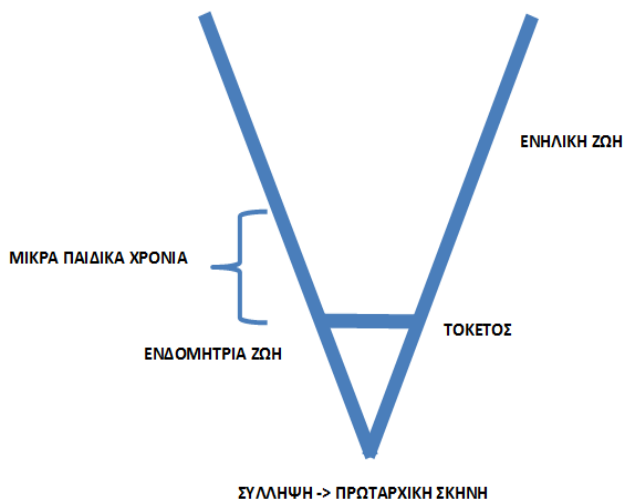
*Σημείωση:* Η οδύνη καίει! Όλα ξεκινούν με το καυστικό βίωμα της απορριπτικής και θυμωμένης μητέρας, επειδή η μητέρα είναι θυμωμένη συνειδητά ή υποσυνειδητά! Όταν οι άνθρωποι έχουν βίωμα απορριπτικής – θυμωμένης μητέρας δεν αντέχουν το βλέμμα του άλλου, διότι νιώθουν δυσφορία και αδυναμία! Δες στο σχετικό κεφάλαιο παρακάτω και στην παρακείμενη εικόνα. ΠΡΒΛΕ και τη φράση: «Μη με κοιτάς γιατί θα σου βγάλω τα μάτια»!

Ο άνθρωπος μέσα στις  
φλόγες



Όσα θα διαβάσετε σε αυτό το βιβλίο για τη σχέση της ενδομήτριας ζωής με την ψυχοπαθολογία των ανθρώπων, θα σας αποδείξουν την κρίσιμη σχέση που

έχουν Η ΜΗΤΡΑ ΚΑΙ Η ΖΩΗ των ανθρώπων στο σύνολό της, ιδίως όταν τα εφαρμόσετε και βιώσετε τα θεραπευτικά τους αποτελέσματα! Άρα, θα μπορεί να κατανοηθεί ως εύλογη η πρόταση, ότι η καλύτερη ΕΠΕΝΔΥΣΗ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΓΙΝΕΙ είναι η ορθή-σωστή φροντίδα του κυοφορούμενου εμβρύου σύμφωνα με την ιατρική ΓΝΩΣΗ! Άρα, καλό είναι να επιδιώκεται η εμβρυομητρική συμβουλευτική, τόσο από τα ξεχωριστά άτομα, όσο και από την σωστά οργανωμένη κοινωνία – πολιτεία!



• Σας προσθέτω επίσης ότι η εμπειρία της ενδομήτριας ζωής είναι τα βαθύτερα θεμέλια της προσωπικότητας – χαρακτήρα του κάθε ανθρώπου! Τα οργανωτικά πρότυπα – δυναμικά στερεότυπα (διαμορφωτικές εμπειρίες), δηλαδή η διδαγμένη αντίληψη και η αναπαραγωγή της, εκείνης της εποχής καθορίζουν τον τρόπο που λειτουργεί όλος ο ανθρώπινος ψυχισμός – όλη η προσωπικότητα! Δες το σχετικό σχήμα με τον αντεστραμμένο κώνο. Η αγωγή του παιδιού αρχίζει από την σύλληψη! Η μητέρα περνάει στο έμβρυό της, εκτός από τις ουσίες του αίματός της και τις σκέψεις της με την ποιότητά τους, είτε κατάστασης φωτογραφίας Α' είτε κατάστασης φωτογραφίας Β'!

Το ίδιο ισχύει και για την εμπειρία της γέννησης του ατόμου! Εδώ πρέπει να συμπεριλάβουμε και όσα άτομα γεννιούνται πρόωρα κι έχουν το βίωμα της θερμοκοιτίδας, όπως και τα υπερώριμα, λόγω παράτασης της κύησης, νεογνά!

• Άρα, αν αναμορφωθούν προς το καλύτερο αυτά τα οργανωτικά πρότυπα, τότε ολόκληρη η προσωπικότητα θα ανακουφιστεί από τα προβλήματά της – συμπτώματά της! Αν τα προβλήματα – συμπτώματα της προσωπικότητας (του χαρακτήρα) παρομοιαστούν με τα πλοκάμια ενός χταποδιού, τότε τα οργανωτικά πρότυπα της ενδομήτριας ζωής είναι το κεφάλι του χταποδιού! Άρα, θεραπεύοντας αυτά τα οργανωτικά πρότυπα με τις ψυχικές γομολάστιχες, είναι σαν να κόβουμε το κεφάλι του χταποδιού! Όταν εκλείψει το κεφάλι του χταποδιού, όλα τα πλοκάμια του παραλύουν, δηλαδή παράγεται γενική βελτίωση – ανακούφιση με επιπρόσθετη ικανότητα αυτο-κατανόησης! Αυτό-αντίληψης! Αυτογνωσίας!

• Θέλω να σας καταθέσω την εξής προσωπική μου εμπειρία: Πριν από 40 χρόνια περίπου έγραφα ένα βιβλίο με τίτλο ΣΠΟΡΟΣ ΕΛΠΙΔΑΣ, που αναφέρεται στην ανάγκη επένδυσης στη νεογνική, βρεφονηπιακή και μικροπαιδική ηλικία με κύριο κεφάλαιο – περιεχόμενο την ΑΓΑΠΗ και τη ΓΝΩΣΗ! Σκόπευα να συνεχίσω το θέμα αυτό με ένα ακόμη βιβλίο με τίτλο Η ΜΗΤΡΑ ΚΑΙ Η ΖΩΗ, που θα αναφερόταν στην ανάγκη επένδυσης στην ενδομήτρια ζωή με κύριο κεφάλαιο

– περιεχόμενο την Αγάπη και τη Γνώση.

▪ Τα δύο αυτά βιβλία θα εφέροντο υπό τον κοινό τίτλο ΑΜΘΡΩΠΟΠΛΑΣΙΑ! Η ζωή δεν μου επέτρεψε την πραγματοποίηση αυτού του σχεδίου! Με το παρόν βιβλίο που διαβάζετε, επιχειρώ να πραγματοποιήσω σήμερα ό,τι είναι δυνατόν από εκείνο το σχέδιο! Σας ευχαριστώ για την ανοχή σας!

Με τις ψυχικές γομολάστιχες λοιπόν, ξεπερνιέται – διαλύεται ο φόβος, διότι αντικρίζεται κατάματα! Το κατάλληλο είναι, ο φόβος να διασχίζεται συνειδητά και σχεδιασμένα, διότι έτσι, κάνουμε αυτό που φοβόμαστε, οπότε ο φόβος διαλύεται μέσω του ενστικτώδους μηχανισμού της εξοικείωσης! Ο φόβος αυτός είχε νόημα για το έμβρυο και για το μικρό παιδάκι, δεν έχει όμως νόημα για τον ενήλικο! Έτσι, περαιτέρω με την ΕΞΑΣΚΗΣΗ, ο φόβος διαλύεται μέσω του μηχανισμού της εξοικείωσης στον φόβο που ενεργοποιεί η ψυχική γομολάστιχα! Επιθυμούμε – θέλουμε την εξασθένηση – διάλυση του φόβου μεταξύ άλλων και διότι είναι δύσκολο να βρεθεί μία ισορροπία μεταξύ του ορθού Λόγου και του θυμικού που έχει καταληφθεί από φόβο!

Slogan: ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΦΟΒΑΣΑΙ!

Όταν κάνεις (γίνεται) αυτό που φοβάσαι συμβολικά, τότε είναι σαν να γίνεται ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ, οπότε ο φόβος διαλύεται!

▪ Σημειωτέον ότι: τα σύμβολα δεν είναι απαραίτητο να αποτελούν ακριβή αναπαράσταση του πραγματικού! Αρκεί να προσομοιάζουν κάπως στο πραγματικό, οπότε και έχουμε το ζητούμενο αποτέλεσμα, με τρόπο αβλαβή και αζήμιο για όλους και όλα! Όμως, όσο πιο πολύ το σύμβολο προσομοιάζει με την πραγματικότητα, τόσο περισσότερο είναι αποτελεσματικό, έτσι ώστε να αναμοχλεύει το υποσυνείδητο–ασυνείδητο και να ενεργοποιεί τη θεραπευτική διαδικασία μέσω του μηχανισμού της εξοικείωσης.

▪ Το υποσυνείδητο είναι ισχυρότερό σου, εκτός αν έχεις τη ΓΝΩΣΗ και τη ΘΕΛΗΣΗ να το προσεταιριστείς, οπότε «νικάς» με την έννοια ότι κερδίζεις τη συνεργασία του! Εξισορροπείς την «σκιά» σου, τον εσωτερικό δολιοφθορέα σου!

▪ Δεν μπορείς να αλλάξεις όσα ήδη έχουν συμβεί (το ψυχοτραύμα – το παρελθόν), αλλά μπορείς να αλλάξεις την στάση σου απέναντί του και να λυτρωθείς από αυτό στο παρόν και στο μέλλον!

▪ Το πρόβλημα κατά τις νευρώσεις είναι ότι παραμένουμε προσκολλημένοι στο στρεβλωμένο παιδικό μας παρελθόν! Είμαστε καθηλωμένοι, αγκιστρωμένοι σε συγκεκριμένες τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις από το παρελθόν (the early recollections)! Με δύο λόγια: το παρελθόν παραμένει μέσα μας ανοιχτή πληγή και αποτελεί πηγή εντάσεων και άγχους για εμάς, εκτός αν αποφασίσουμε να το αλλάξουμε αυτό! Τόσο τα συνειδησιακά εργαλεία, όσο κυρίως και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας προτείνω, κλείνουν, επουλώνουν και θεραπεύουν την ανοιχτή πληγή του παρελθόντος, ούτως ώστε αυτή παύει πλέον να αποτελεί πηγή εντάσεων και άγχους για εμάς. ΔΙΟΤΙ, η εκτόνωση – αποσυμπίεση της προσωπικότητας – του χαρακτήρα – της ψυχής από τις αιτίες που την ταλανίζουν, επιφέρει τα προαναφερθέντα!

▪ Σχόλιο: Δεν έχουμε μάθει να αναστέλλουμε συνειδητά το άγχος, τον φόβο, τον πανικό, ΟΤΑΝ Ο ΚΙΝΔΥΝΟΣ ΕΧΕΙ ΠΑΡΕΛΘΕΙ! Αυτό δοκιμάζω να σας μάθω με αυτό το βιβλίο, *διότι*, ο τρόπος κυοφορίας μας, ο τρόπος γέννησής μας και ο τρόπος ανατροφής μας μέχρι τα 3-5 πρώτα χρόνια της ζωής μας μας μαθαίνει να φοβόμαστε, αλλά δεν μας μαθαίνει να ΞΕ-ΦΟΒΟΜΑΣΤΕ! (δείτε τον αντεστραμμένο κώνο που σας προανέφερα). Έτσι, προκαλούνται οι νευρώσεις καθώς και οι βαρύτερες ψυχικές διαταραχές! Από πλευράς επιστημονικής, αλλά και εσωτερικής ψυχολογίας, το παιδί που υπήρξε και οι στρεβλώσεις του, ζει πάντα μέσα στον ενήλικο και δυναμώνει όλο και περισσότερο, όσο περνάει ο χρόνος! «Ο γέρος ξανα μωραίνεται» λέει ο λαός!

▪ Η ΝΕΥΡΩΣΗ σημαίνει ότι δεν λειτουργούμε στο εδώ και τώρα, αλλά στο εκεί και τότε, σαν να είμαστε ακόμη στις πολύ μικρές παιδικές μας ηλικίες, στα πολύ μικρά παιδικά μας χρόνια! Αυτή είναι η διαταραχή της χρονικότητας κατά τη νεύρωση! (δείτε την σχετική εικόνα με τον αντεστραμμένο κώνο και την εικόνα με τον γιατρό που δουλεύει με τον χρόνο στο υπαρξιακό συνεχές, που σας έχω ήδη παρουσιάσει). Έτσι, το μικρό παιδί που κάποτε είμαστε και οι φόβοι-στρεβλώσεις του τυραννά τη ζωή μας ως ενηλίκων! Επίσης, με τον τρόπο των ψυχικών γομολαστίχων προβαίνουμε σε ένα ταξίδι μέσα στο χρόνο του παρελθόντος. Γυρίζουμε δηλαδή, το χρόνο πίσω και ΔΙΟΡΘΩΝΟΥΜΕ την διαταραχή της χρονικότητας που εκδηλώνεται με τα συμπτώματα και με τα σημεία στο φυσικό μας σώμα! Η όλη διαδικασία προσομοιάζει με το ρετουσάρισμα - την επιδιόρθωση μίας ταλαιπωρημένης κινηματογραφικής ταινίας!

## **ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ**

### ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Ο ψυχίατρος και ο ψυχοθεραπευτής δουλεύουν με το χρόνο (δες το σχετικό σχήμα στα προηγούμενα), διότι στα ψυχικά - ψυχοσωματικά νοσήματα υπάρχει διαταραχή της χρονικότητας, δηλαδή ΤΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ ΕΝΕΡΓΕΙ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΠΑΡΟΝ! Είμαστε δηλαδή, προσκολλημένοι - αγκιστρωμένοι στο παρελθόν μας ως μικρών παιδιών και εμβρύων! ΤΟ ΨΥΧΟΤΡΑΥΜΑΤΙΚΟ ΠΑΡΕΛΘΟΝ ΜΑΣ ΜΑΣ ΚΡΑΤΑΕΙ ΚΑΘΗΛΩΜΕΝΟΥΣ ΣΕ ΑΥΤΟ! Το μικρό παιδί και οι στρεβλώσεις του (καταστάσεις φωτογραφίας Α) παρατείνονται στο χρόνο και κυριαρχούν όλο και περισσότερο στο σύνολο της προσωπικότητας - του χαρακτήρα! Λειτουργούν ως οργανωτικά πρότυπα - δυναμικά στερεότυπα, δηλαδή διαμορφωτικές εμπειρίες ή αλλιώς, διδαγμένη αντίληψη και η αναπαραγωγή της! Η αυτόματη υπακοή και η συμπάσχουσα ταύτιση - μίμηση, δηλαδή η εσωτερίκευση και αναπαραγωγή των προτύπων διδαγμένης αντίληψης! Έτσι, οι γέροι «ξαναμωραίνονται»! Έτσι, γινόμαστε έρμαιοι της μικρής παιδικής μας ηλικίας, η οποία αυτοαναπαράγεται μέσα μας, και με την επανάληψή της δυναμώνει όλο και περισσότερο, καθώς περνάει ο χρόνος, εκτός αν γίνει επιτυχημένη ψυχοθεραπεία! (δείτε το σχήμα με τον αντεστραμμένο κώνο που σας παρέθεσα

στα προηγούμενα).

• Με τις ψυχικές γομολάστιχες γυρίζουμε το ρολόι πίσω στον ηλικιακό χρόνο να αναπαριστούμε τις τότε συνθήκες συμβολικά – φανταστικά! Κάνουμε προσομοίωση και ομοιώματα συμβάντων εκείνης της μικροπαιδικής κυρίως εποχής, με τα τοξικά πρόσωπα της ζωής μας και τις σχετικές τοξικές αναμνήσεις! Έτσι, προκύπτει αυτόματη εξωτερίκευση αρνητικών, αλλά και θετικών συναισθημάτων με τις ψυχικές γομολάστιχες!

Όμως, πέρα από τη χρήση των ψυχικών γομολάστιχων, να σημειώσετε ότι ΜΟΝΟΝ Η ΑΠΟΔΟΧΗ ΚΑΙ Η ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ ΛΥΝΕΙ ΤΟ ΠΡΟΒΛΗΜΑ ΣΤΗΝ ΡΙΖΑ ΤΟΥ! Άρα οι ψυχικές γομολάστιχες είναι διευκολυντικές της θεραπείας και όχι η ριζική θεραπεία. Άρα χρειάζεται και η ολοκληρωμένη θεραπεία, συμβατική ή εσωτερική, ακόμη καλύτερα!

• Με την μέθοδο των ψυχικών γομολάστιχων που σας προτείνω, όλα τα παιδικά τραύματα (the early recollections), όλες οι τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις, οι προερχόμενες από τα τοξικά πρόσωπα της ζωής μας, ανεβαίνουν στην επιφάνεια της Συνείδησης! Φέρνουμε στην επιφάνεια της Συνείδησης τα ψυχοτραύματα του παρελθόντος με αυτοματικό, αλλά και με ΣΥΝΕΙΔΗΤΑ ΚΑΤΕΥΘΥΝΟΜΕΝΟ, παρηγορητικό ΤΡΟΠΟ! Έτσι, η Συνειδητή γνώση του υποσυνείδητου ψυχικού αιτίου της σωματικής ενόχλησης ΘΕΡΑΠΕΥΕΙ! Γίνεται επαναβίωση – αναπαράσταση του ψυχοτραύματος συμβολικά υπό παρηγορητικές συνθήκες τώρα, και όχι αδιέξοδες όπως τότε που συνέβη το ψυχοtraύμα, όταν είμαστε παιδιά! Όταν φέρνουμε τις ψυχικές πληγές στην επιφάνεια της Συνείδησης για να θεραπευτούν, τότε επιτυγχάνουμε το εξής: γίνεται η μετατροπή του πόνου, δηλαδή της κατάστασης φωτογραφίας Α, σε χαρά, δηλαδή σε κατάσταση φωτογραφίας Β! Πρόκειται για είδος ΑΝΑΣΤΑΣΗΣ εν ζωή! Όλα αυτά επιτυγχάνονται, διότι η συμβολική αναπαράσταση είναι ταυτόχρονα και επαναβίωση της αρχέγονης ψυχοτραυματικής εμπειρίας, που σημάδεψε τον άνθρωπο! Το ψυχοtraύμα σημάδεψε τον άνθρωπο μέσω του ενστικτώδους μηχανισμού ΑΥΤΟΜΑΤΗΣ ΥΠΑΚΟΗΣ ΚΑΙ ΣΥΜΠΑΣΧΟΥΣΑΣ ΤΑΥΤΙΣΗΣ – μίμησης – συμμόρφωσης, εσωτερίκευσης των προτύπων! Παράβαλε όσα είπαμε για τις διαμορφωτικές εμπειρίες, τα οργανωτικά πρότυπα, τα δυναμικά στερεότυπα ή αλλιώς, την διδαγμένη αντίληψη και την αναπαραγωγή της! Την εσωτερίκευση των προτύπων, δηλαδή την αυτόματη υπακοή και συμπάσχουσα ταύτιση = μίμηση = η εσωτερίκευση και αναπαραγωγή των προτύπων διδαγμένης αντίληψης!

• Με τα συνειδησιακά εργαλεία και με τις ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, επιτυγχάνεται διαύγεια πνεύματος στον άνθρωπο, όπου πνεύμα είναι η ποιότητα του συναισθήματος και η ποιότητα της Λογικής που το συναίσθημα γεννάει! Με τα συνειδησιακά εργαλεία και με τις ψυχικές γομολάστιχες, μπορείτε να αποτινάξετε από την ύπαρξή σας κάθε προσκολλημένη, αρνητική – ανεπιθύμητη ενέργεια, δηλαδή κατάσταση φωτογραφίας Α! Επίσης, μπορείτε να αποτινάξετε μπλοκαρίσματα ενεργειακά που σας κρατούν σε αναστολές κατάφασης ζωής (κάθε ανασταλτικό συναίσθημα), δηλαδή πάλι σε καταστάσεις φωτογραφίας Α!

**ΟΛΑ ΤΑ ΠΑΡΑΠΑΝΩ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΣΥΜΒΑΙΝΟΥΝ  
ΑΡΚΕΙ ΝΑ ΤΟ ΘΕΛΕΤΕ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ!**



▪ Σας μίλησα ήδη για την ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΥΝΕΙΔΗΤΟΠΟΙΗΣΗ, για το άλμα Συνειδητότητας! Έτσι, περνάμε από την κατάσταση εξάρτησης χωρίς εκφόρτιση (νοσηρή, καταναγκαστική/κατάσταση φωτογραφίας Α) στην κατάσταση εκφόρτισης χωρίς εξάρτηση (υγείας και εσωτερικής ελευθερίας/κατάσταση φωτογραφίας Β), όπου εσωτερικός σημαίνει «στο πεδίο της Συνείδησης»!

Η μέθοδος αναπαράστασης με τις ψυχικές γομολάστιχες γυρίζει πίσω χρονικά το υπαρξιακό συνεχές (δες τη σχετική εικόνα στα προηγούμενα) και το φέρνει πίσω στην αφετηρία του, δηλαδή στην εμπειρία της Ψυχής, πριν ακόμα εισέλθει στο ζυγωτό, κατόπιν αρχικά μέσα στη σάλπιγγα και ακολούθως μετά μέσα στη μήτρα (δες παρακάτω). Γυρίζουμε δηλαδή, πίσω στο υπαρξιακό συνεχές οπότε και γίνεται αναπαραστατικά – συμβολικά η επαναβίωση της τοξικής – οδυνηρής εμπειρίας υπό ευνοϊκές συνθήκες με θεραπευτικά αποτελέσματα, διότι η συνειδητή Γνώση των υποσυνείδητων ψυχικών αιτίων των ενοχλημάτων ΘΕΡΑΠΕΥΕΙ! Η στιγμή της ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑΣ είναι και η στιγμή της ΛΥΤΡΩΣΗΣ! Η εμπειρία «αχά, ώστε αυτό ήταν»!

▪ Η μέθοδος αυτή, όπως είπαμε γυρίζει πίσω στο υπαρξιακό συνεχές, οπότε ο θεραπευόμενος έχει την δυνατότητα να αντιληφθεί παρηγορητικά ότι δεν είναι πλέον ένα παιδάκι που εύλογα τρομάζει και φοβάται, αλλά ένας ενήλικος που μπορεί εύλογα να μην τρομάζει και φοβάται και ο οποίος έχει την ικανότητα Συνειδητής, Λογικής διαχείρισης ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΑ! Έτσι, ο θεραπευόμενος μπορεί να απο-ταυτίζεται – διαχωρίζεται ψυχικά από την μητέρα του, από τον πατέρα του και λοιπά προβληματικά (τοξικά) πρόσωπα (τους «σημαντικούς άλλους») και συναφείς προβληματικές (τοξικές) καταστάσεις. Βιώνει δηλαδή στην πράξη ότι: Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε όλοι όσοι με πληγώσατε ψυχικά μέχρι τώρα! Δηλαδή η μήτρα της μάνας μου η ομφαλίδα μου, ο πλακούντας μου, ο γεννητικός σωλήνας της μάνας μου, ο μαστός και η θηλή του μαστολου της μάνας μου, τα μάτια και το βλέμμα της μάνας μου, το στόμα και τα λόγια της μάνας μου, ο πατέρας μου, τα αδέρφια μου οι γείτονες, οι συγγενείς μου, οι δάσκαλοι και οι δασκάλες μου, οι φίλοι μου, τ' αφεντικά μου οι γυναίκες της ζωής μου (αν πρόκειται για αρσενικά) οι άνδρες της ζωής μου (αν πρόκειται για θηλυκά) και τέλος ο Ευατός μου (για να διαλύονται τα αυτοπαθή τοξικά προγράμματα του εγκεφάλου μου)! Η αλλιώς, ανεπιθύμητα πρότυπα! Εσείς παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, ΑΛΛΟ ΕΓΩ ΚΑΙ ΑΛΛΟ ΕΣΕΙΣ, ΑΛΛΑ ΤΑ ΤΟΤΕ που ήμουν αδύναμο παιδί και ΑΛΛΑ ΤΑ ΤΩΡΑ που είμαι ικανός ενήλικος! Άρα, ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΦΟΒΟΥ ΘΑΝΑΤΟΥ ΚΑΙ ΑΓΩΝΙΑΣ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Είμαι πλέον ελεύθερος από εσάς και είστε ελεύθεροι από εμένα! Άρα: μπορώ αποφασίζω, επιθυμώ, θέλω, προγραμματίζω και διατάζω και κάνω ικανό τον ευατό μου, να ζεί απ' εδώ και πέρα ανεξάρτητα από την κατάσταση που με βαζανίζει χωρίς να επηρεάζεται πλέον απ' αυτήν, πάντοτε με νου απόλυτα υγιή και σώμα απόλυτα υγιές, στηριγμένος/η αποκλειστικά στις δικές μου δυνάμεις!!! Είμαι και είστε ελεύθεροι από το βάρος του παρελθόντος, δηλαδή την κατάσταση φωτογραφίας Α, εξαιτίας των «σημαντικών άλλων» στη ζωή μας! Έτσι, επέρχεται ελάφρυνση του φορτίου του φόβου και απαλλαγή από την ανάγκη ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗΣ = ΑΠΟ-ΤΑΥΤΙΣΗ από ανεπιθύμητα πρότυπα! Παύουμε πλέον να γινόμαστε έρμαια της παιδικής μας ηλικίας, παύουμε να γινόμαστε- είμαστε αυτό που μισούμε! Επιπλέον επιτυγχάνεται η ρήξη – διακοπή με την μαγική σκέψη του παιδιού

μέσας μας, όπου η σκέψη= πράξη σαν να έγινε μαζί με την συνακολούθη ενοχή! Η σκέψη του παιδιού είναι μαγική και συμβολική ενώ του ενήλικου πρέπει να είναι Λογική και πραγματιστική!

▪ Με όλα τα παραπάνω Η ΝΕΥΡΩΣΗ, και όχι μόνο, ΛΥΝΕΤΑΙ! Είπαμε ότι με τις ψυχικές γομολάστιχες γυρνάμε αναπαραστατικά το υπαρξιακό συνεχές στην αφετηρία του. Τα στάδια παρακάτω είναι τα εξής: ενδομήτρια εμπειρία, εμπειρία του τοκετού (της γέννησης), η εμπειρία της θερμοκοιτίδας για όσους γεννιούνται πρόωρα (πρόκειται για βίωμα ισοδύναμο με εκείνο της απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας) – (επίσης πρόκειται για βίωμα θανατερής μοναξιάς και αίτιο άγχους και κατάθλιψης), εμπειρία του θηλασμού (στοματικό στάδιο ψυχικής εξέλιξης <εξέλιξης της προσωπικότητας> δεκτική και δηκτική – καταβροχθιστική– καννιβαλιστική φάση αυτού), εμπειρία του σταδίου ουρηθρικού σαδισμού, εμπειρία του σταδίου πρωκτικού σαδισμού, εμπειρία του σεξουαλικού σταδίου (οιδιπόδειου συμπλέγματος στα αρσενικά και συμπλέγματος της Ηλέκτρας στα θηλυκά). Κατά τη διάρκεια όλων αυτών των σταδίων, οι ψυχοτραυματικές εμπειρίες των γονέων μας μεταφέρονται σε εμάς μέσα από τον ψυχικό μηχανισμό της ταύτισης – μίμησης και της εσωτερίκευσης και αναπαραγωγής των προτύπων διδαγμένης αντίληψης. Με τις αλληλοδιάδοχες ψυχικές γομολάστιχες συμβαίνει αναπαραστατικά λειτουργία αποταύτισης από όλα αυτά! Κατά την διάρκεια των προαναφερθέντων σταδίων ψυχοσεξουαλικής εξέλιξης στο υπαρξιακό συνεχές! Το ζητούμενο εκπληρώνεται με ολοκληρωμένη ψυχοθεραπεία, διότι τα πραγματικά ψυχικά προβλήματα δεν λύνονται επιφανειακά! Ένα από τα εργαλεία των ψυχικών γομολαστίχων αναφέρεται στην πρωταρχική ή αρχέγονη ή αρχαϊκή σκηνή. Με την σκηνή αυτή φτάνουμε πίσω στη φάση εκείνη όπου η Ψυχή του «ατόμου» μετεωρίζεται πάνω από τη σκηνή της συνουσίας, πιθανώς οδυνηρής για τη γυναίκα, των υποψηφίων γονέων της! Η Ψυχή βρίσκεται σε αναμονή της γονιμοποίησης, για να εισέλθει στο γονιμοποιημένο ωάριο (ζυγωτό)! Έτσι, δίνεται βιολογική ζωή σε μία αθάνατη Ψυχή!

Όλα τα παραπάνω είναι επαληθευμένα με περιγραφές της εμπειρίας των ίδιων των θεραπευόμενων κατά τη διάρκεια της άσκησης με την πρωταρχική σκηνή (δες παρακάτω), δηλαδή έχουν το όραμα των συμβάντων όπως τα περιέγραψα!

▪ Η κατά τον προαναφερθέντα τρόπο παρηγορητική ανάσυρση των τοξικών–οδυνηρών αναμνήσεων φόβου στηρίζεται στη συμβολική λειτουργία του εγκεφάλου, όπου το παραπλήσιο συμβολικά ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ ερέθισμα ανασύρει την τοξική – οδυνηρή ανάμνηση φόβου (κατάσταση φωτογραφίας Α). Στην πράξη το άτομο αντικρίζει τον φόβο του κατάματα και ΚΑΝΕΙ ΑΥΤΟ ΠΟΥ ΦΟΒΑΤΑΙ, οπότε ενεργοποιείται αυτόματα ο φυσιολογικός, ενστικτώδης, μηχανισμός της εξοικείωσης στον φόβο! Έτσι, ο φόβος αποδυναμώνεται – εξασθενεί και με την μακρόχρονη εξάσκηση – επανάληψη διαλύεται εντελώς, με θεραπευτικά αποτελέσματα για την προσωπικότητα, για το σώμα και για την Ψυχή του θεραπευόμενου!

Slogan: κοίταξε τον φόβο σου κατάματα, μην τον αποφεύγεις και αντιμετώπισέ τον σχεδιασμένα, μετά λόγου Γνώσεως, δηλαδή με Συνειδητή, Λογική

διαχείριση, η οποία έχει τα εξής τρία (3) στάδια:

- α) Η αναγνώριση – Συνειδητοποίηση του προβλήματος, της αντιξοότητας.
- β) Η αποδοχή του προβλήματος – της αντιξοότητας, ως εξής: αποδέχομαι, κατανοώ, συγχωρώ, μετανιώ, ευλογώ, φωτίζω και μετουσιώνω κάθε αρνητικότητα σε θετικότητα μέσα μου και γύρω μου, γύρω μου και μέσα μου (ο Νόμος της Αποδοχής)!
- γ) Η διαδικασία συν-χώρεσης του προβλήματος – της αντιξοότητας – του προσώπου κατά τα γνωστά! ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ – ΑΠΟΤΑΥΤΙΣΗ!  
Μετά προχωρούμε στις αναγκαίες δράσεις – πράξεις!

Κατάσταση φωτογραφίας Β = η αθωότητα, η ελευθερία από τον φόβο!

Κατάσταση φωτογραφίας Α = η ενοχή, το φορτίο του φόβου, η ανάγκη για ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ!

#### ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΜΕ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗ ΑΞΙΑ

Εάν υπάρξει έξαρση των ενοχλημάτων σας με οποιαδήποτε ψυχική γομολάστιχα που θα εφαρμόσετε, να μην ανησυχήσετε διότι πρόκειται για την ονομαζόμενη θεραπευτική αντίδραση! Αυτή η αντίδραση είναι καλό σημάδι, διότι σημαίνει ότι η ψυχική γομολάστιχα ενεργεί – λειτουργεί στο υποσυνείδητο πεδίο φόβου που θέλουμε! Εάν επαναλάβετε την ψυχική γομολάστιχα αρκετές φορές, τότε η θεραπευτική αντίδραση θα πάψει και θα εκδηλωθεί η προσδοκώμενη ανακούφιση από τον ΦΟΒΟ! ΑΥΤΗ ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΣΤΑΣΗ απέναντι σε αυτό το ενδεχόμενο! Παρεμπιπτόντως, σας λέγω ότι αν δεν έχετε άμεσο αποτέλεσμα κατά την εφαρμογή της όποιας ψυχικής γομολάστιχας, ΝΑ ΕΠΙΜΕΙΝΕΤΕ ΕΠΑΝΑΛΗΠΤΙΚΑ χωρίς να πτοηθείτε από αυτή τη δυσκολία! Κατά την θεραπευτική αντίδραση μπορεί να προκύψουν ενοχλήσεις από το πεπτικό σύστημα ή εμετός! Πρόκειται για εκφόρτιση συγκρατημένου θυμού μέσα σας! Επαναλαμβάνω, μην ανησυχείτε, αλλά προχωρείτε στην εξάσκησή σας! Με την εξάσκηση θα ξεσπάσουν οι ενέργειες από τα δύσκολα προβλήματα σας! Θα βοηθήσετε τον εαυτό σας στα δύσκολα!

**Συνοπτικά:** κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης της θεραπευτικής αντίδρασης ή κάθε μορφής αντίστασης που μπορεί να εκδηλωθεί και επιμείνετε στην εξάσκησή σας!

Ό,τι υπάρχει μέσα μας ως τοξική – οδυνηρή ανάμνηση φόβου από την μικροπαιδική μας ηλικία και ως εμβρύων (υποσυνείδητα) πρέπει να εξωτερικευτεί στη Συνείδησή μας ώστε να υπάρξει ίαση – θεραπεία – ψυχική ομοιοστασία, δηλαδή πέρασμα από την κατάσταση φωτογραφίας Α στην κατάσταση φωτογραφίας Β.

Το σύστημα με τις ψυχικές γομολάστιχες επιτυγχάνει αποτελεσματικά απενοχοποίηση της γλώσσας του σώματος, σε όλα του τα μέρη, σε όλα του τα επίπεδα!

**α)** στο σωματικό επίπεδο, υστερία και συμπτώματα, πχ σε καταστάσεις κρίσεων πανικού είτε συνειδητού, είτε υποσυνείδητου. Ο πανικός είναι παράγωγο του χαοτικού τρόμου που αισθάνεται το έμβρυο ενδομητρίως, όταν έχει ισχυρό βίωμα απορριπτικής μήτρας. Ο υποσυνείδητος πανικός εκδηλώνεται με τη μορφή ταχυαρρυθμίας της καρδιάς. Επειδή δεν είναι πάντα εύκολο να κάνετε άμεσα θεραπεία με ψυχική γομολάστιχα για να ξεπεράσετε την κρίση πανικού,

για άμεση και εύκολη βοήθεια σας δίνω το εξής συνειδησιακό εργαλείο: θα λέτε όσο πιο αργόσυρτα και βαθιά μπορείτε τη λέξη ΑΑΑΑΑΡΡΡΡΡΡΓΓΓΓΓΑΑΑΑΑ (ΑΡΓΑ), πολλές φορές επαναληπτικά μέχρις ότου συνέλθετε! Όταν έχετε καιρό για ψυχική γομολάστιχα, η θεραπεία εκλογής που σας προτείνω για την κρίση πανικού είναι:

**1)** το σπάσιμο γυάλινων μπουκαλιών (δείτε παρακάτω)

**2)** τον φάκελλο (δείτε παρακάτω)

Ένα άλλο σύμπτωμα ψυχοσωματικό είναι η υπέρταση στο κυκλοφοριακό σύστημα. Για άμεση βοήθεια σας δίνω το εξής συνειδησιακό εργαλείο, που είναι ενεργειακός διακόπτης και αντίδοτο της υπέρτασης:

Λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Καλύψτε.....πολλές επαναλήψεις

▪ Μπορείτε επίσης να πάρετε αντιυπερτασικό χάπι π.χ. το Olartan των 10mg ή των 20mg.

▪ Αν δεν θέλετε το χάπι, μπορείτε να κάνετε γιόγκα, η οποία εξισορροπεί τις ενέργειες Γιν και Γιανγκ μέσα σας και η πίεσή σας πέφτει στο φυσιολογικό επίπεδο.

▪ Μπορείτε επίσης να κάνετε Ρεφλεξολογία, δηλαδή θεραπεία η οποία δρα παρόμοια, αλλά έχει μικρότερες απαιτήσεις από εσάς. Τα ίδια ισχύουν και για τον βελονισμό.

▪ Γενικά, τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες τις οποίες σας δίνω, μπορούν να επιφέρουν ίαση-θεραπεία σε όλα τα ψυχοσωματικά νοσήματα! Τούτο βεβαίως με τον συνδυασμό ολοκληρωμένης ψυχοθεραπείας, συμβατικής ή εσωτερικής ακόμη καλύτερα! Μόνον η αποδοχή και η συν-χώρεση λύνει το πρόβλημα στη ρίζα του (συμφιλίωση με αυτό το μέρος του εαυτού μας)! Παραδείγματα, εκτός από την υπέρταση ή την ταχυαρρυθμία ως εκδήλωση υποσυνείδητου πανικού είναι τα εξής: γαστραλγία, πεπτικό έλκος, άφθες, σπαστική ή και αιμορραγική κολίτις (ευερέθιστο έντερο), βρογχικό άσθμα, δερματίτις, ψωρίαση, έρπης ζωστήρας (ή των χειλέων ή των γεννητικών οργάνων), γυναικολογικές παθήσεις όπως η ενδομητρίωση, τα ινομυώματα της μήτρας, οι κύστες των ωοθηκών, επίσης λαρυγγίτιδες, οιδήματα του λάρυγγα, αλαλίες ψυχικής αιτιολογίας, δυσλειτουργίες της ούρησης, ψυχική σεξουαλική ανικανότητα, αυχενοβραχιόνια σύνδρομα, οσφυοϊσχιαλγίες, πονοκέφαλοι, γυροειδής αλωπεκία ψυχικής αιτιολογίας, διαταραχές – απώλεια της μνήμης κλπ. Με δύο λόγια, δηλαδή, όλη η κλινική ιατρική!

**β)** στο συναισθηματικό επίπεδο: κατάθλιψη-μανία, όπου περιλαμβάνεται και η πυρομανία, η κλεπτομανία και η ψευδομανία επίσης! Οι ενεργειακοί διακόπτες – αντίδοτα της κατάθλιψης είναι οι εξής:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Όρθιος.....πολλές επαναλήψεις
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις

- Καλύψτε.....πολλές επαναλήψεις  
Επίσης: οι φοβίες και οι καταστάσεις απόγνωσης.

**γ)** στο νοητικό επίπεδο: απώλεια ικανότητας συγκέντρωσης του νου και απώλεια μνήμης.

**δ)** αϋπνία. Δείτε και προηγούμενα! Για όλα τα αντίδοτα της αϋπνίας.

Οι ψυχικές γομολάστιχες βοηθούν πολύ εύκολα τα παιδιά και τους νέους, όπου το βάρος του παρελθόντος της προσωπικότητας είναι μικρό! Στα παιδιά οι ψυχικές γομολάστιχες μπορούν να εφαρμόζονται από την ηλικία των 5-6 ετών και μετά, σαν να είναι παιχνίδι! Εάν τα παιδιά κάνουν αυτό που τα βασανίζει αναπαραστατικά – συμβολικά, π.χ. την επιθετικότητά τους, την καταστροφικότητά τους, δεν θα έχουν πλέον ανάγκη να το κάνουν στο μέλλον πραγματικά!

Συμβολικά θα πει: μέσα μας στο πεδίο της φαντασίας, αβλαβώς και αζημίως για όλους και όλα!

Πραγματικά θα πει: επιβλαβώς και επιζημίως για όλους και όλα!

Είπαμε ότι οι ψυχικές γομολάστιχες θεραπεύουν προσωπικότητα – σώμα – ψυχή! Επηρεάζουν επίσης ευεργετικά και την υπάρχουσα ταύτιση με τους γονείς και με όλους τους λοιπούς «σημαντικούς άλλους!» π.χ. άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε και άλλα τα τώρα! Άρα, είναι μία κατάσταση που έχει λήξει και σημαίνει ότι είμαι ελεύθερος/η και είστε ελεύθεροι από το βάρος του παρελθόντος, την κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα μας! Έτσι, περνάμε από την εξάρτηση χωρίς εκφόρτιση, στην εκφόρτιση χωρίς εξάρτηση! Όλες οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω λειτουργούν με αυτό τον τρόπο! Έτσι, μπορείτε να μάθετε να μην προσκολλάστε σε κανέναν και τίποτα! Μπορείτε να μάθετε να αυτονομείστε, να ανεξαρτητοποιείστε από όλους και όλα, αρχίζοντας από τους γονείς σας, οπότε παύετε σταδιακά να είστε έρμαια της παιδικής σας ηλικίας! Επίσης, έτσι επιτυγχάνεται το ξεπέραςμα των εμβρυϊκών και μικροπαιδικών φόβων, με αποτέλεσμα την ψυχική ΟΜΟΙΟΣΤΑΣΙΑ (κατάσταση φωτογραφίας Β), διότι διαλύονται – αποδυναμώνονται τα οργανωτικά πρότυπα – δυναμικά στερεότυπα της κατάστασης φωτογραφίας Α και απελευθερώνεται – αναδύεται η φυσιολογική κατάσταση υγείας της φωτογραφίας Β! Γίνεται ΑΠΟ-ΤΑΥΤΙΣΗ ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ!

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** η εκδήλωση ναυτίας ή εμετού ή αναταραχής στον πεπτικό σωλήνα πχ ρεψίματος ή διάρροιας ή πόνου στο στήθος-καρδιά κατά την επιτέλεση των ψυχικών γομολαστίχων σημαίνει ότι εκφορτίζεται συγκρατημένος θυμός από μέσα μας. Ο υποσυνείδητος συγκρατημένος θυμός λειτουργεί ενδοστρεφώς κατά του εαυτού, άρα είναι επιβλαβής για τον εαυτό! Αυτός ο συγκρατημένος θυμός ζεματάει τον εαυτό, την ύπαρξή μας και κατασπαράζει τα σπλάχνα μας! Η αναπαραστική απελευθέρωση αυτού του συγκρατημένου – ανέκφραστου μέχρι τώρα θυμού σημαίνει ότι η θεραπεία προχωράει επιτυχώς, διότι επιτυγχάνεται απαλλαγή από τον θυμό (απόρριψη θυμού) εύκολα, γρήγορα, αβλαβώς και αζημίως για όλους και για όλα!

**ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ:** όταν τα υποσυνείδητα απωθημένα έρχονται στην επιφάνεια της Συνείδησης και αποκτούμε αντίληψη αυτών (επίγνωση), τότε αλλάζει η ενέργειά

τους και μετατρέπεται από κατάσταση φωτογραφίας Α, σε κατάσταση φωτογραφίας Β, δηλαδή ΠΡΟΚΕΙΤΑΙ ΓΙΑ ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΗ! Έτσι, δημιουργούνται νέες συνάψεις (προγράμματα λειτουργίας) του εγκεφάλου, οι οποίες αντιρροπούν τις παλαιές, ενώ οι παλαιές συνάψεις αποδυναμώνονται και εξασθενούν! Έτσι, παύουμε σταδιακά μέσω της εξάσκησης, να γινόμαστε – είμαστε έρμια της παιδικής μας ηλικίας! Πάντα σε συνδυασμό με την ψυχοθεραπεία, συμβατική ή ακόμη καλύτερα εσωτερική, ούτως ώστε να προκύψει αποδοχή και συν-χώρηση των ψυχοτραυμάτων! Μόνον έτσι λύνεται το πρόβλημα, στη ρίζα του: με ΑΠΟΔΟΧΗ και ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ (συμφιλίωση)!

Όσο περισσότερο προχωρεί η θεραπεία σας με τα συνειδησιακά εργαλεία και με τις ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, μέσω του σβησίματος των φόβων, τόσο περισσότερο θα γίνεται ο νους σας νηφάλιος! Η νηφαλιότητα οδηγεί σε ικανότητα για συνειδητή λογική διαχείριση των περιστάσεων της ζωής σας, διότι είναι το υποσυνείδητο – ασυνείδητο που καθορίζει τι μπορεί να εισέλθει και να παραμείνει ως συνείδηση του προσώπου (ατόμου)! Επίσης, όσο περισσότερο το υποσυνείδητο – ασυνείδητο καθαρίζεται από τους φόβους του, τόσο λιγότερο ο γήινος νους ρέπει σε ψευδαισθήσεις ή σε νοητικές πλάνες! Ως γνωστόν, όταν ο εγκέφαλος φοβάται τείνει να λέει ψέματα στον εαυτό του και στους άλλους! Επίσης, να κλείνεται στη μόνωση και στον εγωκεντρισμό του!

• Έτσι, επαληθεύεται ότι με την ψυχοθεραπεία μπορείς να δεις την ζωή αλλιώς. Λογικότερα, λειτουργικότερα, και να ανοίξεις ένα νέο και καλύτερο κεφάλαιο στη ζωή σου, με διαυγέστερο – νηφαλιότερο νου και με καλύτερη σχέση με τον εαυτό σου – και με την αυτογνωσία! Έτσι μπορείτε να πορεύεστε στο μονοπάτι της αυτογνωσίας και της εξέλιξης!

## **ΕΜΕΙΣ ΚΑΙ ΤΑ ΛΑΘΗ ΜΑΣ**

Όταν διαπράττουμε κάποιο λάθος δεν δικαιολογείται ντροπή και ενοχή γι' αυτό! Απλώς αγωνιζόμαστε, για να διορθώσουμε το λάθος, τίποτε άλλο! Αποφεύγετε να κρίνετε – επικρίνετε τον εαυτό σας και τους άλλους, πόσο μάλλον αυστηρά! Τα πάθη των ανθρώπων δεν είναι για να κρίνονται, αλλά για να βιώνονται! Το μυστικό είναι να αποδέχεστε και να συν-χωρείτε τα λάθη σας, διότι έτσι μεγαλώνετε ψυχικά! Κάνεις λάθος; Σηκώνεσαι, χαμογελάς και προχωράς! Μάθετε, εξασκηθείτε να σηκώνετε (αντέχετε) τα λάθη σας και να προχωράτε! Μεγαλώνω ψυχικά σημαίνει ότι παίρνω την δύναμή μου στα χέρια μου!

Slogan: επί των σφαλμάτων οικοδομείται η ΓΝΩΣΗ = ΔΥΝΑΜΗ = ΠΡΟΒΛΕΨΗ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ = ΠΡΟ-ΣΤΑΣΙΑ = Α-ΣΦΑΛΕΙΑ!

• Όποια κι αν είναι η επιλογή σας, μη στεναχωριέστε αν είναι σωστή ή λανθασμένη! Έχετε δικαίωμα στην ελεύθερη βούληση – επιλογή σας, όποια κι αν είναι αυτή! Το σύμπαν – το Πνεύμα σέβεται και τιμά την ΟΠΟΙΑ ΕΠΙΛΟΓΗ ΣΑΣ! Ο Θεός δεν είναι ποτέ τιμωρός, μας το είπε το ίδιο το Πνεύμα = ο θεός, κατά την διάρκεια ανώτερης πνευματικής επικοινωνίας! Δεν υπάρχουν ποινές και τιμωρίες από τον Θεό! Υπάρχουν μόνο καρμικές συνέπειες από τις πράξεις και από τις σκέψεις μας! Τούτο επειδή ο Θεός είναι Αγάπη και ως εκ τούτου ούτε

κρίνει, ούτε προπαντός επικρίνει τα ανθρώπινα πλάσματα του! Έτσι, σέβεται την ελευθερία της βούλησής τους – επιλογής τους! Ο Θεός δεν εκδηλώνει ούτε δυσμένεια, ούτε ευμένεια προς τους ανθρώπους! Όταν φαίνεται ευμενής, τότε πρόκειται για την δίκαιη αντιμισθία στους ανθρώπους αναφορικά με την πρόδοό τους στο Πνευματικό μονοπάτι, όπου όταν ο άνθρωπος κάνει ένα βήμα προς τον Θεό, ο Θεός κάνει 10 βήματα προς τον άνθρωπο! Ζητάτε και θα σας δοθεί! Για να το παραλάβετε όμως, πρέπει να έχετε αποδοχή του εαυτού σας και της βοήθειας που σας δίνει το Πνεύμα! Προς τούτο, όλα τα αιτήματά σας, να καταλήγουν ως εξής: «Δηλώνω την πρόθεσή μου στο σύμπαν να είμαι Ευγνωμοσύνη, να είμαι Εμπιστοσύνη, να είμαι Αποδοχή του εαυτού μου και της βοήθειας που μου δίνει το Πνεύμα!»! Ο κάθε άνθρωπος φέρει μέσα του την θεία παρουσία και την Αγάπη! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά πάνε μαζί!

*Συμπέρασμα-Slogan:* σταματήστε να αυτομαστιγώνεστε από άγχος ντροπής-ενοχής! Υιοθετήστε την ΕΥΘΥΝΗ ΧΩΡΙΣ ΕΝΟΧΗ, όπου ευθύνη = η παραίτηση από κάθε ναρκισσισμό (εγωισμό - φόβο) και η φροντίδα για το μέλλον! Τα πάθη των ανθρώπων δεν είναι για να κρίνονται, αλλά για να βιώνονται! Ευθύνη χωρίς ενοχή= ΑΓΝΟΤΗΣ!

▪ Η διαφορά ανάμεσα στο λάθος και στη δημιουργική επιλογή είναι η ενεργειακή δόνηση της καθεμίας που σχετίζεται με την επίγνωση! Ξεπεράστε τα λάθη σας, ήρθε η ώρα! Ξεπεράστε την ιδέα του λάθους! Είστε αυτοί που είστε! Συν-χωρείστε τον εαυτό σας! Τίποτα δεν είναι λάθος, όλα είναι αποτέλεσμα ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ, δηλαδή αλλαγής του τρόπου θέασης των πραγμάτων! Αγωνίζεστε για να ζείτε μία ζωή με ευθύνη, ΧΩΡΙΣ ΕΝΟΧΕΣ, δηλαδή χωρίς αυτοκατάκριση, αυτοκατηγορία, αυτομαστιγώση! Καλλιεργείστε λοιπόν την πνευματική δύναμή σας! Ο κάθε άνθρωπος φέρει μέσα του την θεία παρουσία και την Αγάπη! Αγάπη κι ευγνωμοσύνη στην καρδιά πάνε μαζί!

▪ Γειώστε όλα αυτά! Γείωση = υλοποίηση- εκδήλωση – έκφραση και ξεπέρασμα!

▪ Συναφές με το θέμα των λαθών είναι και το θέμα της απόρριψης από τους άλλους, ιδίως όταν κάνουμε λάθη! Χρειάζεται να μάθουμε να αντέχουμε την απόρριψη και να μη μας νοιάζει! Να θεωρούμε τα πάντα ως πρόκληση όπου καλούμαστε να ανταποκριθούμε και να μη θεωρούμε τίποτα ως απόρριψη!

▪ Τα μικρά παιδάκια δεν αντέχουν την απόρριψη, ιδίως από τους γονείς τους, διότι αυτό σημαίνει θάνατο γι' αυτά!

▪ Εμείς, σαν ενήλικοι, ιδανικά μπορούμε να χλευάζουμε τον θάνατο μεγάλοκαρδα! Εντούτοις, πάμπολλες φορές διαπιστώνουμε ότι δεν αντέχουμε την απόρριψη και γι' αυτό κάνουμε «έτσι», δηλαδή μας χρειάζεται να μάθουμε να μην εκνευριζόμαστε, να μην εξαγριωνόμαστε όταν μας προκαλούν, διότι όποιος θυμώνει, χάνει το δίκιο του, επειδή ο θυμός του επικαλύπτει – σκεπάζει την Λογική του! Επιπλέον, ο θυμός δεν έχει επιχείρημα, αλλά έχει ΑΡΝΗΣΗ!

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΤΕΡΑ: Το παιδάκι δεν μπορεί να επιζήσει, όταν απορρίπτεται ή εγκαταλείπεται! Γι' αυτό έχει ανάγκη προσκόλλησης στους γονείς του! Όμως, ο ενήλικος έχει όλες του τις δυνατότητες αναπτυγμένες, άρα μπορεί και πρέπει να

στηρίζεται στον εαυτό του και στις Δυνάμεις του! Άρα, ο ενήλικος δεν περιμένει ποτέ, τίποτα από κανέναν! Έχει τους σκοπούς του, τα σχέδιά του, έχει επιλέξει τις μεθόδους που θα χρησιμοποιήσει μέσα ή έξω από τα ηθικά όρια, κάνει το παιχνίδι του έτοιμος για όλα και για την επιτυχία και για την αποτυχία, ακόμα και για τον θάνατο, αν χρειαστεί! Γι' αυτόν και τα «καλά» και τα «κακά» δεχόμενα εξίσου, έτσι ώστε να παραμένει ατάραχος!

▪ Αναλυτικά η εξυγίανση με τις ψυχικές γομολάστιχες λειτουργεί ως εξής:  
Ο εγκέφαλος βιώνει το βίωμα ότι επιτέλους σας έκανα ό,τι μου κάνατε, πράγμα που επιθυμούσα από όταν ήμουν έμβρυο ή μικρό παιδί και δεν έπαθα τίποτε από αυτά που πάθαινα τότε! Άρα, άλλα τα τότε, άλλα τα τώρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς! Τούτο, διότι λύνεται η αυτόματη υπακοή και η συμπάσχουσα ταύτιση – μίμηση του παιδιού με τους γονείς, οπότε κόβεται και ο ψυχικός ομφάλιος λώρος, η ψυχική ομφαλίδα και επιτυγχάνεται η αυτονόμηση του εγκεφάλου του θεραπευόμενου (η από-ταύτιση), *όπερ ἔδει δείξαι!* Επιτεύχθηκε δηλαδή, εκφόρτιση χωρίς εξάρτηση, ενώ προηγουμένως επικρατούσε κατάσταση εξάρτησης χωρίς εκφόρτιση! Αν δεν συμβεί η συμβολική πατροκτονία και μητροκτονία καθώς και η συν-χώρεση (αποδοχή κι Αγάπη) για τους 2 γονείς, δεν μπορεί κανείς να γίνει ο πατέρας και η μητέρα του εαυτού του, δηλαδή να μεγαλώσει – ωριμάσει ψυχικά, δηλαδή να πάρει τη δύναμή του στα χέρια του! Σε παραλλαγή διατύπωσης αυτά έχουν ως εξής: για να πατήσει στα πόδια του ένας νέος ή μία νέα πρέπει «να σκοτώσει» μέσα του/της τον πατέρα του/της και την μητέρα του/της! Με τον περιγραφέντα τρόπο εφαρμογής των ψυχικών γομολαστίχων αναλαμβάνει τα ηνία ο κυβερνήτης του ζώου μέσα μας, δηλαδή ο νους αυτοκράτωρ του ανθρώπου, δηλαδή η οδηγός Συνείδηση, δηλαδή ο ανθρώπινος παράγοντας μέσα μας! Έτσι, ο άνθρωπος έχει την ευκαιρία να λειτουργεί ως Λόγος αυτοκίνητος και αυτοπροσδιοριζόμενος, Ελεύθερα!! Έδρα όλων αυτών είναι ο μετωπιαίος και ο προμετωπιαίος φλοιός του εγκεφάλου μας, ο οποίος στους θεραπευόμενους μπορεί πλέον να οργανώνεται αποτελεσματικά και κατάλληλα χρησιμοποιώντας τη δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ! Αυτό ήταν αδύνατο να συμβεί στο παιδί ηλικίας μικρότερης των 5-3 ετών, όπου παιδάκι = ζωάκι, χωρίς κυβερνήτη του ζώου μέσα του ΑΚΟΜΗ! Η οδηγός Συνείδηση, ο κυβερνήτης του ζώου μέσα μας αρχίζει να σχηματίζεται και να λειτουργεί στο παιδί από ηλικίας 3-5 ετών και μετά! Γι' αυτό, το παιδάκι δεν μπορεί να επιζήσει όταν απορρίπτεται ή εγκαταλείπεται και γι' αυτό τυραννάει τον ενήλικο εαυτό του ΝΕΥΡΩΤΙΚΑ, και όχι μόνον!

▪ Όλα όσα σας ανέφερα εδώ έχουν σχέση με το λανθασμένο σύστημα αυτοελέγχου μας, δηλαδή το λανθασμένο νομίζω μας, με το οποίο είναι συνυφασμένο και μέρος του εσωτερικού μας σαμποτέρ! Αναλυτικά γι' αυτά θα βρείτε εδώ, σε όσα σας έγραφα προηγουμένως και στους κύκλους σύνδεσης με τον Εαυτό 2013-2014 και 2014-2015 στις αντίστοιχες συναντήσεις, στην διεύθυνση Internet, [www.vassilisfragkos.gr](http://www.vassilisfragkos.gr)

Οι ψυχικές γομολάστιχες τις οποίες θα σας περιγράψω παρακάτω, εξασθενούν τον εσωτερικό σαμποτέρ, οπότε το λανθασμένο σύστημα αυτοελέγχου τείνει αυτοματικά να γίνεται ορθό σύστημα αυτοελέγχου (νομίζω) μας. Η ακεραιότητα δηλαδή, της προσωπικότητας (κατάσταση φωτογραφίας Β) τείνει αυτοματικά στην αποκατάστασή της, δηλαδή επέρχεται ψυχική ομοιοστασία, δηλαδή



νηφαλιότητα και ευθυκρισία! Όλα αυτά, διότι με τις ψυχικές γομολαστικές ενεργοποιείται και ο μηχανισμός της ΕΞΟΙΚΕΙΩΣΗΣ στον φόβο, οπότε ο απωθημένος φόβος ΔΙΑΛΥΕΤΑΙ! Όμως, πέρα από τη χρήση των ψυχικών γομολαστικών, οι οποίες μικραίνουν το πρόβλημα και διευκολύνουν την συνειδητοποίησή του, σημειώστε ότι μόνον η ΑΠΟΔΟΧΗ και η ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ λύνουν το πρόβλημα ΣΤΗ ΡΙΖΑ ΤΟΥ! Άρα, χρειάζεται και ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, συμβατική ή εσωτερική ακόμα καλύτερα! Επιπλέον να θυμάστε ότι, κατά το Πνεύμα, και μετά από το λάθος πάλι ευλογημένοι/ες θα είστε!

*Συνοπτικά:* τα λάθη είναι μόνο για να μαθαίνουμε από αυτά και για να τα διορθώνουμε, ΤΙΠΟΤΕ ΑΛΛΟ! Επί των σφαλμάτων οικοδομείται η ΓΝΩΣΗ και η ΓΝΩΣΗ είναι ΔΥΝΑΜΗ, δηλαδή παθαίνω – μαθαίνω, για να μην ξαναπάθω πλέον = Η ΔΥΝΑΜΗ, ιδίως όταν μαθαίνουμε γρήγορα, με την πρώτη φορά!

## **ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ ΚΑΙ Ο ΕΣΩΤΕΡΙΚΟΣ ΣΑΜΠΟΤΕΡ**

Η συστηματική και κατάλληλα δομημένη χρήση των ψυχικών γομολαστικών εξουδετερώνει τον εσωτερικό σαμποτέρ του ατόμου! Γι' αυτό, ο εσωτερικός σαμποτέρ αντιστέκεται παντοιοτρόπως στην χρήση των ψυχικών γομολαστικών! Οι 4 κύριες μορφές αντίστασης του εσωτερικού σαμποτέρ είναι οι εξής:

**α)** Επηρεάζει το άτομο ώστε να σκέπτεται ότι «δεν πρόκειται να φέρει καλό αποτέλεσμα, γι' αυτό αρνούμαι να το κάνω ή το σταματάω!» ή επίσης «δεν πιστεύω σε αυτή την θεραπεία γιατί είναι μαγική!» ή γιατί «αισθάνομαι αδύναμος να την πραγματοποιήσω!»

*Σημείωση:* είναι όντως μαγεία, αλλά λευκή και όχι μαύρη μαγεία, δηλαδή ιατρική θεραπεία = υπηρεσία προς τη ζωή = ΘΕΟΥΡΓΙΑ! ΥΠΗΡΕΣΙΑ = η συμπόνια και το έλεος στην πράξη = Αγάπη! Εξάλλου λέγεται ότι ο γιατρός είναι ο ίδιος ο Θεός! Ο θεός υπάρχει μέσα μας, αλλά και γύρω μας!

**β)** Επηρεάζει το άτομο ώστε να σκέπτεται ότι «φοβάμαι να το κάνω, διότι μου θυμίζει Βουντού!»

*Σημείωση:* δεν είναι Βουντού, διότι λειτουργεί μόνο για το καλό της ζωής, όπου η ζωή είναι το υπέρτατο – απόλυτο αγαθό!

**γ)** Η αναβλητικότητα στην πραγματοποίηση των ψυχικών γομολαστικών είναι τέχνασμα του εσωτερικού σαμποτέρ, ώστε να μη γίνει η θεραπεία - ίαση! Ως γνωστόν, ο εσωτερικός σαμποτέρ παράγεται από ένα μέρος του εγκεφάλου μας που έχει συνηθίσει στη δυστυχία του και δεν μπορεί χωρίς αυτήν! Επιπλέον, την απολαμβάνει! Η αναβλητικότητα, η βαρεμάρα, η υπνηλία και το χασμουρητό σημαίνουν το καθένα ξεχωριστά, ότι ΑΡΝΟΥΜΑΙ ΝΑ ΔΙΕΚΔΙΚΗΣΩ ΤΟ ΔΙΚΑΙΩΜΑ ΜΟΥ ΝΑ ΖΗΣΩ! Μπορείτε να αντιστέκεστε σε αυτό, τώρα που ξέρετε τι πραγματικά συμβαίνει, με συνειδητή λογική διαχείριση, οπότε κάνετε το αντίθετο, δηλαδή 2 αρνήσεις κάνουν 1 κατάφαση!

**δ)** Η πιο ύπουλη μορφή αντίστασης από τον εσωτερικό σαμποτέρ είναι ότι ο εσωτερικός σαμποτέρ υποβάλλει την εξής σκέψη: «*αφού έκανες αρκετή ψυχική γομολάστιχα και νιώθεις καλά, διάκοψε αυτήν διότι δεν σου χρειάζεται άλλο*»!

Χρειάζεται η συνειδητή γνώση αυτών των τεχνασμάτων που προέρχονται από τον εσωτερικό σαμποτέρ και ο οποίος αποτελείται από την ενέργεια άρνησης της ζωής μέσα μας! Οπότε, με την συνειδητή αντίσταση σε ό,τι αντιστέκεται στη ζωή μέσα μας επιτυγχάνουμε το ζητούμενο! (οι δύο αρνήσεις κάνουν μία κατάφαση) δηλαδή, γίνεται η ψυχική γομολάστιχα και η θεραπεία της ζωής προοδεύει – προκόβει!

Χρειάζεται επίσης αρκετή εξάσκηση, διότι η επανάληψη δυναμώνει τη συνήθεια! Αυτός ήταν ο τρόπος που δυνάμωσε η παλιά νοσηρή συνήθεια του εγκεφάλου και με τον ίδιο τρόπο (μέσω της επανάληψης) θα δυναμώσει και η νέα ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΣΥΝΗΘΕΙΑ του εγκεφάλου στους τρόπους αντίστασης του εσωτερικού σαμποτέρ! Η θεραπευτική συνήθεια με τις ψυχικές γομολάστιχες είναι πάρα πολύ ισχυρότερη από την παλαιά νοσηρή συνήθεια! Γι' αυτό, η πρόοδος της θεραπείας είναι ταχεία, όταν η εξάσκηση είναι τακτική, συνεπής και ακολουθεί ένα σχέδιο! ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΜΕΓΑΛΕΙΟ ΤΗΣ ΑΥΤΟΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗΣ ΔΥΝΑΜΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΟΥ!

Το υποσυνείδητο είναι πιο δυνατό και κρατάει τα ηνία, όταν ο συνειδητός νους δεν εμπιστεύεται αρκετά! Τούτο διότι του λείπει η Δύναμη που δίνει Η ΓΝΩΣΗ! Η ουσία της Γνώσης είναι ότι, όταν την έχεις, να την εφαρμόζεις! Η Γνώση είναι ΔΥΝΑΜΗ, διότι δίνει την δυνατότητα πρόβλεψης και πρόληψης του κινδύνου = ασφάλεια = προστασία!

Όταν ο συνειδητός νους εμπιστευτεί αρκετά, διότι κατέχει τη δύναμη που δίνει η Γνώση, τότε το σώμα - σήμα ακολουθεί! Η θεραπευτική συνήθεια, είναι πάρα πολύ ισχυρότερη από την νοσηρή συνήθεια! Έτσι, έρχεται η θεραπεία - ίαση!

Ο νους μας περιλαμβάνει όλα τα στερεότυπα βάσει των οποίων έχουμε μεγαλώσει και δύσκολα ξεφεύγουμε από αυτά, ιδίως από τα οργανωτικά πρότυπα της προσωπικότητας, τα οποία όμως μπορούν να μεταλλάσσονται και να τροποποιούνται θεραπευτικά μέσω των ψυχικών γομολαστίχων! Έτσι, ΞΕΜΑΘΑΙΝΟΝΤΑΙ ΤΑ ΠΑΛΑΙΑ προγράμματα (οι παλαιοί αυτοματισμοί) του εγκεφάλου και ΜΑΘΑΙΝΟΝΤΑΙ ΤΑ ΚΑΙΝΟΥΡΙΑ (οι νέοι αυτοματισμοί), ούτως ώστε να γίνεται η μετάβαση από την κατάσταση φωτογραφίας Α, στην κατάσταση φωτογραφίας Β! Πρόκειται για κυβερνητική του νου και της ψυχής – προσωπικότητας! Ο απαιτούμενος χρόνος γι' αυτό είναι κατά μέσο όρο 18 μήνες περίπου, ανάλογα με την επιμέλεια του καθενός! Μετά, χρειάζεται απλή συντήρηση των κεκτημένων με αραιές εφαρμογές των ψυχικών γομολαστίχων, ανάλογα με τις ανάγκες! Είναι εφαρμοσμένη ΑΝΘΡΩΠΟΓΝΩΣΙΑ!

▪ Κατ' αυτόν τον αγώνα ανάκτησης του αληθινού Εαυτού, αν είναι να παλέψει με κάτι ο άνθρωπος, δεν είναι Ο ΧΡΟΝΟΣ, αλλά Η ΘΕΛΗΣΗ ΤΟΥ ή Η ΑΔΡΑΝΕΙΑ ΤΟΥ! Αν ο άνθρωπος διαχειριστεί αυτούς τους παράγοντες με συνειδητή λογική διαχείριση και με γνώμονα τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής του και της υγείας του, τότε προκύπτουν ΘΑΥΜΑΤΑ! Όταν μόνο ένα θαύμα μπορεί να σε σώσει, τότε εσύ μπορείς να είσαι το θαύμα!

▪ Όσα διαβάζετε εδώ και εν γένει η συμμετοχή σε ψυχοθεραπευτικές διαδικασίες είναι ΒΟΗΘΕΙΑ ώστε το άτομο να γίνεται ικανό για ΑΥΤΟΒΟΗΘΕΙΑ! Αποτελούν μέρος της διαδικασίας και του μηχανισμού της εκμάθησης. Καλλιεργείτε την ΕΦΑΡΜΟΣΜΕΝΗ ΓΝΩΣΗ και την ΔΥΝΑΜΗ που σας δίνει! ΜΕ ΤΙΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ και με τα συνειδησιακά εργαλεία που σας δίνω, ΣΒΗΝΟΝΤΑΙ ΟΙ ΣΤΡΕΒΛΩΣΕΙΣ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΠΟΥ ΚΟΥΒΑΛΑΜΕ ΜΕΣΑ ΜΑΣ ΚΑΙ ΜΑΣ ΤΑΛΑΙΠΩΡΕΙ! Χρειάζεται να γνωρίζετε ότι, το παιδί μέσα μας και οι στρεβλώσεις του, όσο περνάει ο χρόνος κυριαρχεί όλο και περισσότερο στο σύνολο της προσωπικότητας, αν βεβαίως παραμείνει χωρίς θεραπεία! Χωρίς θεραπεία, η επανάληψη δυναμώνει διαρκώς τις παλαιές – στρεβλές συνήθειες! (δείτε τον αντεστραμμένο κώνο που σας έχω παραθέσει). Έτσι προβλήματα λανθάνοντα μέχρι σήμερα αποκτούν δύναμη και εμφανίζονται από αύριο!

▪ Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, θα σας βοηθούν επίσης να μην αφήνετε το «εγώ» σας να απορροφάται από το πένθος της όποιας απώλειας, από την αφάνταστη θλίψη, το τραύμα της απώλειας!

Slogan: για να μη γίνεστε έρμαιο της παιδικής σας ηλικίας, κάνετε εφαρμογή των συνειδησιακών εργαλείων και ψυχικών γομολαστίχων που σας δίνω!

**ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ:** στην ουσία, με την εξάσκηση, μέσω επαναλήψεων των ψυχικών γομολαστίχων, εγκαθίσταται η θεραπευτική συνήθεια του είδους: ΞΕΜΑΘΑΙΝΩ ΤΑ ΠΑΛΑΙΑ ΝΟΣΗΡΑ προγράμματα και ΜΑΘΑΙΝΩ ΤΑ ΚΑΙΝΟΥΡΙΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ προγράμματα, δηλαδή πρόκειται για επαναπρογραμματισμό του τρόπου λειτουργίας του εγκεφάλου! Πρόκειται για κυβερνητική του νου και της ψυχής-προσωπικότητας! Αυτή είναι η δύναμη που δίνει η ΓΝΩΣΗ! Η γνώση που στην προκειμένη περίπτωση λέγει: φέρετε στην επιφάνεια της συνείδησής σας τις ψυχικές πληγές σας για να θεραπευτούν!

Slogan: όσο περισσότερη ψυχική γομολάστιχα εξασκείτε, τόσο καλύτερα και ταχύτερα αποτελέσματα προκύπτουν, με περιοδική ανακύκλωση αυτής, ανά εύλογα, τακτά, χρονικά διαστήματα! Χωρίς να ξεχνάμε ότι μόνον η ΑΠΟΔΟΧΗ και η ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗ – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ λύνει το πρόβλημα στη ρίζα του! Άρα, οι ψυχικές γομολάστιχες είναι διευκολυντικές της θεραπείας και όχι η ριζική θεραπεία! Άρα χρειάζεται και η ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, συμβατική ή εσωτερική ακόμη καλύτερα!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1ο

### ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ

#### ΤΟ ΣΠΑΣΙΜΟ ΜΠΟΥΚΑΛΙΩΝ

**A)** Το σπάσιμο μπουκαλιών από γυαλί όπως: μπίρας, σόδας, αναψυκτικών, κρασιού κλπ οίνοπνευματωδών ποτών, επίσης νερού.

Τα μπουκάλια είναι το πιο φτηνό γιατρικό! Πολλοί άνθρωποι αισθάνονται, εξαιτίας των ψυχοπιεστικών συνθηκών που αντιμετωπίζουν, σαν να είναι κλεισμένοι μέσα σε μπουκάλι ή ότι θα πέσουν οι τοίχοι να τους πλακώσουν! Στους ανθρώπους αυτούς χρειάζεται κατ' εξοχήν το σπάσιμο των μπουκαλιών!

Εφαρμόστε λοιπόν τη μέθοδο ως εξής:

Το μπουκάλι θυμίζει το σχήμα της μήτρας, ιδίως το μπουκάλι της μπίρας. Το μπουκάλι είναι γυάλινο και παραπέμπει στην αίσθηση που έχει συμβολικά ο εγκέφαλος, ότι είναι παγιδευμένος μέσα σε ένα κρύσταλλο, δηλαδή μέσα στην ενοχή του, τον φόβο του, δηλαδή στην κατάσταση φωτογραφίας A!

Ένα από τα φοβερά βιώματα που έχει το έμβρυο, όταν απορρίπτεται από την απορριπτική – θυμωμένη μήτρα, π.χ. όταν είναι ανεπιθύμητο κύημα, ή όταν είναι ανεπιθύμητο το φύλο του, ή όταν γεννιέται με ισχιακή προβολή (ανάποδα) ή όταν δυσκολεύεται να γεννηθεί με πολύωρο, παρατεταμένο εργώδη τοκετό ή με εμβρουσκία, ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΤΕΜΑΧΙΣΤΙΚΟ-ΚΑΤΑΣΠΑΡΑΚΤΙΚΟ-ΔΙΑΛΥΤΙΚΟ ΒΙΩΜΑ, δηλαδή το έμβρυο αισθάνεται σαν να βρίσκεται στα σαγόνια ενός καρχαρία (δες παρακείμενη εικόνα) ή γενικά μέσα σε ένα στόμα που το μασάει (κατασπαράζει), χωρίς να μπορεί να αντισταθεί και χωρίς να μπορεί να ξεφύγει, οπότε παράγεται χαστικός φόβος - τρόμος!

ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΤΕΡΑ, ΑΙΤΙΕΣ ΒΙΩΜΑΤΟΣ ΑΠΟΡΡΙΠΤΙΚΗΣ (θυμωμένης) ΜΗΤΡΑΣ είναι: ανωμαλίες προβολής, θέσης ή σχήματος του εμβρύου, οι ανωμαλίες του πλακούντα ή της ομφαλίδας, η πρόωρη αποκόλληση του πλακούντα, η ανεπαρκής διαστολή του τραχήλου της μήτρας, οι σοβαρές επιπλοκές στη γέννηση, καθώς και η παραμονή του νεογέννητου σε θερμοκοιτίδα, ιδίως αν είναι πρόωρο, πχ εβδομηνίτικο που λέει ο λαός! Το ίδιο ισχύει και για την περίπτωση της υπέρμετρης παράτασης της κύησης, δηλαδή για τα υπερώριμα νεογνά! Γενικά, υπάρχει μία ακραία ποικιλία βαθμών ψυχοτραυματισμού του κάθε βρέφους από το γεγονός της γέννησης! Η μηχανική πλευρά της διαδικασίας της γέννησης, σε άλλα νεογνά είναι πολύ ανώμαλη, ενώ σε άλλα νεογνά δεν είναι τόσο ανώμαλη!

Όλες αυτές οι αιτίες προκαλούν ΕΜΒΡΥΪΚΗ ΔΥΣΧΕΡΕΙΑ (καταπάτηση του εμβρύου) και οργανωτικά πρότυπα κατάστασης φωτογραφίας A μέσα στον άνθρωπο!

Συνοπτικά: με την δύσκολη κυοφορία και με τον δύσκολο, παρατεταμένο και εργώδη τοκετό, το έμβρυο βιώνει σοκ αφανισμού του, που το σαρώνει! Έτσι, η μήτρα – μητέρα που μας δίνει ζωή μας κλονίζει κιόλας, διότι μας εμφυτεύει την κατάσταση φωτογραφίας A μέσα μας! Όμως, η μάνα μας φέρνει στον κόσμο για να αναγνωρίσουμε, να αποδεχτούμε και να διαχειριστούμε τους φόβους μας (την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας A μέσα μας) για να τους ξεπεράσουμε, δηλαδή για να επιδιώξουμε την ενεργειακή κατάσταση

φωτογραφίας Β μέσα μας!

Πολλές φορές οι φόβοι μας (ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα μας) παίρνουν τη μορφή του θυμού! Τα εντυπώματα του θυμού έχουν παραμείνει στο σώμα-σήμα μας και ο θυμός αυτός ζεματάει την ύπαρξή μας και κατασπαράζει τα σπλάχνα μας! Είναι μορφή μίσους = θέλω να σου κάνω κακό! Όμως, όποιος μισεί, στο βάθος μισεί τον εαυτό του!

Παρεμπιπτόντως: ομοίως διαλυτικό αίσθημα παράγεται κατά την πείνα! Γι' αυτό χαλάει η διάθεσή μας όταν πεινάμε και βελτιώνεται όταν τρώμε!

• Όταν το έμβρυο αισθάνεται τα προαναφερθέντα βιώματα, αυτομάτως θέλει να ανταποδώσει τα ίδια, δηλαδή να κάνει στους υπεύθυνους ό,τι του κάνουν, διότι έτσι λειτουργεί τότε ο εγκέφαλός του ή ακόμη βαθύτερα η κυτταρική του μνήμη! Αυτός είναι ο λεγόμενος νόμος της ταυτανταπόδοσης! Ο μηχανισμός αυτός ονομάζεται μηχανή εκδίκησης (the revenge machine)! Ενεργοποιείται από την σχέση μας με την απορριπτική (θυμωμένη) μήτρα, τον δύσκολο ή απλώς συμβατικό τοκετό και την σχέση μας με τους «σημαντικούς άλλους» κατά τα πρώτα 3-5 χρόνια της ζωής μας!

• Η μηχανή εκδίκησης (the revenge machine) σημαίνει ότι ο άνθρωπος ΘΕΛΕΙ ΝΑ ΠΑΡΕΙ ΤΟ ΑΙΜΑ ΤΟΥ ΠΙΣΩ = να ανταποδώσει τα ίσα = το μίσος = η ΕΚΔΙΚΗΣΗ! Η δίψα για εκδίκηση που νιώθει το παιδάκι = ζώακι μέσα μας, δηλαδή θέλω να σου κάνω ό,τι μου κάνεις! Μίσος σημαίνει ότι θέλω να σου κάνω κακό! Όμως, όποιος μισεί, στο βάθος μισεί τον εαυτό του!

**Παρεμπιπτόντως**, οι ενεργειακοί διακόπτες της μνησικακίας – εκδικητικότητας – μίσους είναι οι εξής:

Λέτε:

- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Ακυρώστε .....πολλές επαναλήψεις
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Ανατρέψτε.....πολλές επαναλήψεις
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις
- Εκτός.....πολλές επαναλήψεις

Το {μαζί με το καλό – εκτός – ανατρέψτε – ακυρώστε} χρησιμεύουν κατά συνέπεια και για τις περιπτώσεις αϋπνίας, διότι χαλαρώνει ο εγκέφαλος, γαληνεύει – ειρηνεύει, αισθάνεται ασφαλής, οπότε μπορεί να αφεθεί να κοιμηθεί (να αφεθεί στον ύπνο του), διότι είναι βέβαιο ότι θα ζήσει και θα ξυπνήσει!

Την ίδια ευεργετική υπναγωγία έχει και η επαναληπτική χρήση της διαδικασίας της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης – εξισορρόπησης (εγώ είμαστε – εμείς είμαι)! Επίσης, ως υπνωτικό μπορεί να χρησιμοποιηθεί και το κοσμικό διαπασών (δείτε σχετικά στο πρώτο μέρος του παρόντος βιβλίου, 5ο κεφάλαιο, no 13).

Επανερχόμαστε στη μηχανή εκδίκησης (the revenge machine) ή νόμος της ταυτανταπόδοσης. Το έμβρυο όμως, είναι μικρό και αδύναμο, ενώ η μήτρα είναι μεγάλη και παντοδύναμη! Άρα, αναγκάζεται να «καταπιεί», να απωθήσει τον φόβο-θυμό του, την οργή του σε αυτό που έχει ήδη αρχίσει να σχηματίζεται ως

υποσυνείδητό του και ασυνείδητό του! Αυτός ο απωθημένος φόβος είναι η αιτία των προβλημάτων στις μεταγενέστερες ηλικίες και στην ενήλικη ζωή με τη μορφή ποικίλων ψυχοσωματικών ενοχλήσεων, όπως θυμού, κατάθλιψης, αυτοκτονικής διάθεσης, αισθήματος πανικού, ταχυαρρυθμίας της καρδιάς, αυτοάνοσων νοσημάτων, σκλήρυνσης κατά πλάκας, προεμμηνορροϊκών ενοχλημάτων, ενδομητρίωσης κλπ. Επίσης μανιών, φοβιών και καταστάσεων απόγνωσης!

▪ Αυτός ο προαναφερθείς φόβος της απορριπτικής (θυμωμένης) μητέρας πρέπει να ανέλθει στην επιφάνεια της συνείδησης και ως εκ τούτου να εκλείψει (δείτε και τον αντεστραμμένο κώνο παρακάτω). Αυτό ακριβώς επιτυγχάνεται με το σπάσιμο των μπουκαλιών, δηλαδή με συμβολικό τρόπο, όπου όταν κάτι γίνεται συμβολικά είναι σαν να γίνεται πραγματικά με **ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ, ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΗ, ΟΜΟΙΩΜΑΤΑ ΣΥΜΒΑΝΤΩΝ!** Το μπουκάλι ομοιάζει με την μητέρα!

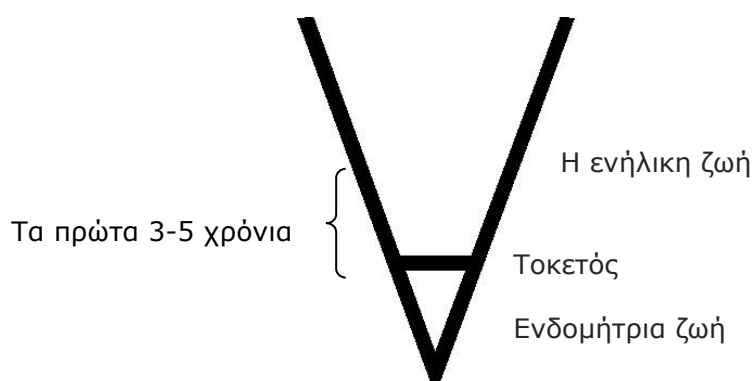
▪ Επιπλέον, με τα μπουκάλια και όλες τις λοιπές ψυχικές γομολάστιχες που θα σας παρουσιάσω αναμοχλεύεται αναπαραστατικά το ασυνείδητο των ανθρώπων, ούτως ώστε να ανέρχονται εμπειρίες – πληροφορίες – βιώματα από αυτό στην επιφάνεια της Συνείδησης, δηλαδή γίνονται θεραπευτικές συνειδητοποιήσεις!

▪ Χρειάζεται κάποιος τρόπος για να εκφράζεται η καταπιεσμένη οργή αβλαβώς και αζημίως για όλους και όλα!

Slogan: σπάμε μπουκάλια για να μη σπάμε κεφάλια των άλλων ή το δικό μας! Σας θυμίζω την γλωσσική έκφραση «το κεφάλι μου πάει να σπάσει» επί ισχυρού πονοκεφάλου ή ημικρανίας!

Αυτός ο προαναφερθείς τρόπος είναι όλες οι ψυχικές γομολάστιχες που σας παρουσιάζω.

▪ Παρεμπιπτόντως, η ημικρανία οφείλεται σε καταπιεσμένη οργή! Βρείτε λοιπόν, ποια ψυχική γομολάστιχα φέρνει τα καλύτερα αποτελέσματα και εστιάστετε σε αυτήν! Επίσης, εστιάστετε στη διαδικασία συν-χώρεσης του εαυτού σας διότι δεν είναι τέλειος!



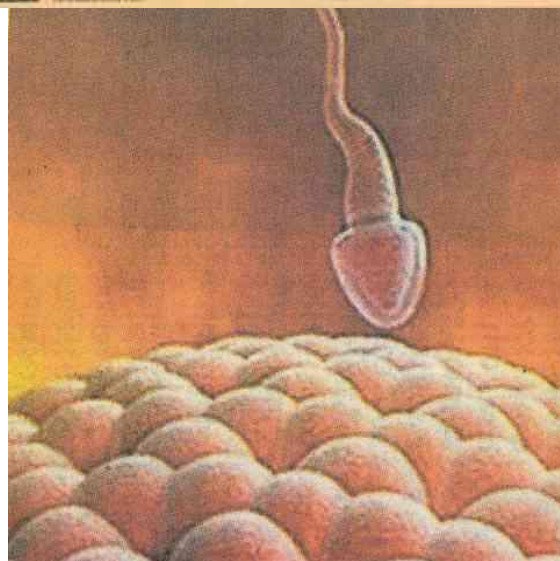
Σύλληψη: αρμοδιότης ΑΑ Γαβριήλ

Πρωταρχική - Αρχαϊκή  
Αρχέγονη ΣΚΗΝΗ (Είναι όρος του Freud)

Κατά τον Freud, το ζευγάρι (η συνουσία) των γονέων, στο παιδί αποτελεί αντικείμενο όχι τόσο μίας συγκεκριμένης ανάμνησης, όσο μίας φαντασιωτικής παράστασης! Έτσι, η έκφραση έχει εδώ την ίδια σημασία που έχει και για το θέατρο!

**Παρεμπιπτόντως: η ζωή μας είναι ένα είδος παράστασης που σκηνοθετούμε εμείς οι ίδιοι!**

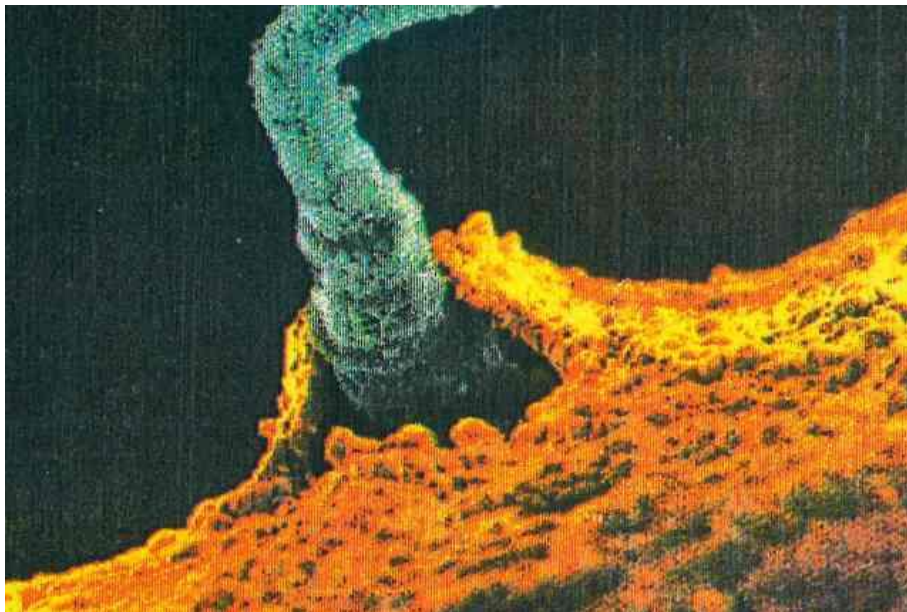
- Όμως, εμείς γνωρίζουμε όπως είπαμε νωρίτερα ότι όλα αυτά προέρχονται από τα βιώματα της Ψυχής, όχι της προσωπικότητας, πριν εισέλθει στο ζυγωτό!
- Σημειωτέον ότι το ωάριο και το ζυγωτό στις αρχικές του φάσεις, όταν πέφτει από τη σάλπιγγα για να εμφυτευθεί στον βλεννογόνο της μήτρας έχει ΚΙΤΡΙΝΟ ΧΡΩΜΑ και το ΓΝΩΡΙΖΕΙ! (δες την σχετική παρακείμενη εικόνα)



Επικείμενη  
ΣΥΛΛΗΨΗ



ΜΟΡΙΔΙΟ



ΣΥΛΛΗΨΗ

Όλα αυτά αποδεικνύονται από τις ιδιαίτερες αντιδράσεις που εκδηλώνει ο θεραπευόμενος, όταν κάνει χρήση κίτρινης πλαστελίνης ή κίτρινης πιπεριάς για να λειτουργήσει αναπαραστατικά την ψυχική γομολάστιχα (δείτε σχετικά παρακάτω).

Επανερχόμαστε στη συνέχεια με τα μπουκάλια.

Πολλοί άνθρωποι αισθάνονται, εξαιτίας των ψυχοπιεστικών συνθηκών που αντιμετωπίζουν, σαν να είναι κλεισμένοι μέσα σε μπουκάλι! Άλλοι άνθρωποι ομοίως έχουν αίσθηση κλεισίματος και απειλής = απόηχος βιώματος απορριπτικής - θυμωμένης μήτρας! Πρβλε ομοίως την αίσθηση ότι «οι τοίχοι με πνίγουν» ή την ρήση ότι «δεν αντέχω την κλεισούρα»! Στους ανθρώπους



αυτούς χρειάζεται κατ' εξοχήν το σπάσιμο των μπουκαλιών! Εφαρμόστε τη μέθοδο ως εξής:

Πριν σπάσετε τα μπουκάλια, τοποθετείστε μέσα τους ένα χαρτί, όπου έχετε γράψει τα ονόματα όλων όσων σας έχουν πληγώσει μέχρι τώρα, των «σημαντικών άλλων»! Να συμπεριλάβετε και το όνομά σας, ώστε να διαλυθούν και τα αυτοπαθή – ενδοστρεφή προγράμματα στον εγκέφαλό σας! π.χ. του πατέρα σας, της μητέρας σας, των αδελφών σας, των δασκάλων – καθηγητών σας, των φίλων, εραστών, συζύγων, προϊστάμενων, παππούδων, γιαγιάδων, ακόμη και των παιδιών σας, διότι τα παιδιά μπαίνουν μέσα στο πλαίσιο της σχέσης με την μητέρα-μήτρα! Όλοι αυτοί είναι συνήθως οι «σημαντικοί άλλοι»! Άφησα τελευταία τη σύσταση να συμπεριλάβετε και τα ονόματα των παιδιών σας, διότι είναι δύσκολο να γίνει αποδεκτή! Μη φοβάστε, δεν είναι για κακό, απλώς θα καθαριστούν μέσα σας όλα τα προγράμματα φωτογραφίας Α εξαιτίας των παιδιών σας, τα οποία ενσωματώνονται στα πλαίσια των προβλημάτων που έχετε με την μητέρα-μήτρα που σας κυοφόρησε και σας γέννησε!

- Μπορείτε να κάνετε επιπλέον τα εξής: ή κάνετε πολλά φωτοαντίγραφα στον κατάλογό σας και βάζετε ένα αντίγραφο σε κάθε μπουκάλι που θα σπάσετε, ή βάζετε το ίδιο αντίγραφο μέσα σε κάθε νέο μπουκάλι που ετοιμάζετε να σπάσετε! Έτσι, θα εξοικονομείτε χρόνο και ευκολία. Αποφασίστε μόνοι σας τον τρόπο εφαρμογής!

- Η συνήθης δραστική δόση είναι το σπάσιμο 8-10 μπουκαλιών κάθε φορά, σε ελεύθερη βολή! Αν θέλετε και μπορείτε να σπάτε περισσότερα, τόσο το καλύτερο για εσάς! Βεβαίως, κατά τη διάρκεια του σπασίματος με ελεύθερη βολή θα φοράτε τα γυαλιά σας Ηλίου, για ασφάλεια!

**Σημείωση:** τα 8-10 μπουκάλια ισχύουν για ελεύθερη βολή και συντριβή των μπουκαλιών στο έδαφος! Αν αυτό δεν είναι εφικτό, τότε μπορείτε να χρησιμοποιήσετε την εξής παραλλαγή: παίρνετε 3-4 μπουκάλια, τα κλείνετε μέσα σε ένα τσουβάλι ή μέσα σε μία μαξιλαροθήκη και τα κατασυντρίβετε – κατακερματίζετε χτυπώντας τα με ένα σφυρί ή ένα σκεπάρνι!

- Όταν θα έχετε κατασυντρίψει τα μπουκάλια, χοροπηδάτε πάνω στα θρύψαλα και λέτε: «Σας ποδοπατώ, σας διαλύω, αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια! Την εξουδετερώνω και προχωρώ!» Λέτε επίσης: μήτρα- μητέρα μου σας ευχαριστώ για το μάθημα που μου edώσατε, σας αποχαιρετώ με ΑΓΑΠΗ!

### **ΣΗΜΕΙΩΣΗ ΙΔΙΑΙΤΕΡΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ**

Αν τολμάτε να αγνοήσετε την γνώμη του περιβάλλοντος, π.χ. «τι θα πει ο κόσμος για εμάς;», όταν κάνετε οποιουδήποτε είδους ψυχική γομολάστιχα, εκβάλλετε μεγάλη φωνή, τόσο μεγάλη ώστε να σπάει τζάμια! Έτσι, θα απελευθερωθείτε ακόμη περισσότερο!

Επανερχόμαστε στο σπάσιμο των μπουκαλιών. Στις δύο προαναφερθείσες διαδικασίες, όταν σπάτε μπουκάλια θα λέτε και κάποια λόγια προς αντιστάθμιση – εξουδετέρωση κάθε αρνητικής – ανεπιθύμητης ενέργειας που μπορεί να

παράγεται. Σπάζω μπουκάλια σημαίνει ότι με απελευθερώνω αναπαραστατικά – συμβολικά από την εμπειρία της απορριπτικής μήτρας και κάθε στενωπού, η οποία θυμίζει τον γεννητικό σωλήνα! Νιώθω τη χαρά της ισοφάρισης, δηλαδή γίνομαι πάτσι με τον εαυτό μου, διότι ανταπέδωσα και έτσι περιέρχομαι σε κατάσταση φωτογραφίας Β, αφού αποδεχτώ και συν-χωρήσω την κατάστασή μου, συμφιλιωθώ με αυτήν!

Επιπλέον συμπληρώνετε λέγοντας: «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε ή μου κάνετε! Σεις παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε όταν ήμουν αδύναμο παιδί και άλλα τα τώρα, οπότε είμαι ικανός ενήλικος! Άρα, είναι μία ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Αποταυτίζομαι από εσάς και είμαι πλέον ελεύθερος στο παρόν, όπως και σεις είστε ελεύθεροι! Έχω την ευκαιρία να ξεσπάσω, να αδειάσω τον πόνο, την αγανάκτηση, τον θυμό από μέσα μου, ώστε να πάψω να συντηρώ τα παλαιά προγράμματα φωτ/φίας Α μέσα μου! ΟΧΙ άλλη συμπίεση σε βάρος μου! Γίνεται απόδοση δικαιοσύνης συμβολικά, για να φύγει από πάνω μου το βάρος του παρελθόντος, το φορτίο του φόβου! Αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου, να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια της ζωής! Την εξουδετερώνω και προχωρώ ελεύθερος/η!». Έτσι, η αποδοχή – συμφιλίωση και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνει την εκκρεμότητα που λέγεται κάρμα! Έτσι, μέσω αυτής της συμβολικής, αναπαραστατικής διαδικασίας διαλύεται – εξουδετερώνεται η συνήθεια του εγκεφάλου για αυτόματη υπακοή και αναπαραγωγή του προτύπου διδαγμένης αντίληψης απορριπτικής (θυμωμένης) μήτρας, όπου περιλαμβάνεται και η συμπάσχουσα ταύτιση! Έτσι επιτυγχάνεται εκφόρτιση χωρίς εξάρτηση (υγεία και ελευθερία), ενώ προηγουμένως επικρατούσε εξάρτηση χωρίς εκφόρτιση (νοσηρότης, καταναγκασμός)! Όλα στηρίζονται στην ιδιότητα του εγκεφάλου ότι όταν κάτι γίνεται αναπαραστατικά συμβολικά, τότε είναι σαν να γίνεται ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ! Έτσι λειτουργούν η ΑΝΑΠΑΡΑΣΤΑΣΗ, Η ΠΡΟΣΟΜΟΙΩΣΗ και τα ΟΜΟΙΩΜΑΤΑ ΣΥΜΒΑΝΤΩΝ και ενεργοποιείται ο μηχανισμός της ΕΞΟΙΚΕΙΩΣΗΣ στον φόβο, οπότε ο φόβος διαλύεται! Μέσα στο ναρκοπέδιο των τοξικών αναμνήσεων παραμονεύουν στο υποσυνείδητο – ασυνείδητο οι τοξικές αναμνήσεις! Ομοιότητες με αυτές τις τοξικές αναμνήσεις ξυπνούν ξανά, αλλά λυτρωτικά τον εφιάλητη! Έτσι το παρόν σε ταξιδεύει λυτρωτικά στο κρυμμένο πρόβλημα της μικρής παιδικής ηλικίας! Όταν κάνετε ψυχικές γομολάστιχες μπορεί να νιώσετε την ανάγκη να κραυγάσετε τόσο δυνατά ώστε να σπάσουν τα τζάμια! Να το κάνετε, είναι λυτρωτικό! Επίσης μπορεί να νιώσετε την ανάγκη να κλάψετε! Κλάψτε αν είναι δυνατόν και με λυγμούς! Όλα αυτά είναι ευεργετικά και ανακουφιστικά – θεραπευτικά για εσάς, διότι πρόκειται για θεραπευτικές αντιδράσεις!

▪ Ακολουθώντας, λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....» και κατόπιν τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι! Τέλος λέτε τον νόμο της αποδοχής, ο οποίος με τα ρήματά του, περικλείει όλη τη Συνειδητή, Λογική διαχείριση που χρειάζεται να κάνετε! Τα ρήματά του προγραμματίζουν κατάλληλα τον εγκέφαλο και είναι τα εξής: αποδέχομαι, κατανοώ, συν-χωρώ, μετανιώ (η μεταμέλεια αλλάζει την ενέργεια προς το καλύτερο), ευλογώ, φωτίζω και μετουσιώνω κάθε αρνητικότητα σε θετικότητα μέσα μου και γύρω μου, γύρω μου και μέσα μου!

ΣΧΟΛΙΟ: Γινόμαστε καλύτεροι όταν αποδεχόμαστε τα ελαττώματά μας και τα όριά μας! Έτσι η αποδοχή – συμφιλίωση και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται κάρμα!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους με το Φως! Αυτό έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Στο σκοτάδι απαντάς με Φως! Το κακό συντροφεύεται από το καλό, ώστε να ΙΣΟΡΡΟΠΟΥΜΕ! Όλα αυτά ισχύουν για όλες τις ψυχικές γομολάστιχες! Ο ανθρώπινος οργανισμός χρειάζεται κάθαρση και ανασυγκρότηση χαρακτήρα! Η κάθαρση υπηρετείται από τις ψυχικές γομολάστιχες και από τα συνειδησιακά εργαλεία τα οποία σας παρουσίασα. Η ανασυγκρότηση χαρακτήρα επιτυγχάνεται με την ψυχοθεραπεία, είτε συμβατική, είτε εσωτερική!

Slogan: σπάμε μπουκάλια αβλαβώς και αζημίως για όλους και όλα, για να μη χρειάζεται να σπάμε κεφάλια, το δικό μας ή και των άλλων!

Με το σπάσιμο του γυαλιού των μπουκαλιών στο πραγματικό πεδίο συντρίβεται και κατακερματίζεται το συμβολικό κρύσταλλο μέσα στο οποίο αισθάνεται παγιδευμένος ο εγκέφαλος, ο οποίος με αυτό τον τρόπο απελευθερώνεται από την ενοχή του! Εν-εχομαι στη μήτρα που με καθόρισε προγενεθλώς και στην περικλείουσα αρχή μου, π.χ. στην οικογένεια – κοινωνία μεταγενεθλώς! Δείτε σχετικά και στους κύκλους συνάντησης με τον Εαυτό 2013-2014 και 2014-2015 στη διεύθυνση Internet [www.vassilisfragkos.gr](http://www.vassilisfragkos.gr)

Με το σπάσιμο του μπουκαλιού ακυρώνεται- αφαιρείται- εξασθενεί ανακουφιστικά η επίδραση της (απορριπτικής-θυμωμένης) μήτρας μέσα μας!

ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ: ο φόβος συμβολίζεται από τον εγκέφαλο με το γυαλί, το τζάμι, το κρύσταλλο.

▪ Το σπάσιμο των μπουκαλιών ενδείκνυται όταν το άτομο έχει ψυχική ένταση, βίωμα έξαρσης άγχους, μανίας, φοβίας, έξαρσης ψυχοσωματικών ενοχλημάτων ή ανίσχυρου θυμού-οργής, δηλαδή όταν υπάρχει επείγουσα ανάγκη για εκτόνωση! Ο ανίσχυρος – συγκρατημένος μέσα μας θυμός-οργή μας αδειάζει από ενέργεια, μας εξαντλεί! (*collère rentrée qui me vide*). Με τον θυμό τίποτα δεν γιατρεύεται! Αντιθέτως, όποιος μισεί, στο βάθος μισεί τον εαυτό του! Με την κατάργηση του θυμού όλα γίνονται καλύτερα, μέσα μας και γύρω μας!

▪ Επίσης, όταν ο άνθρωπος δυσκολεύεται να πάρει μία σωστή απόφαση φροντίδας του εαυτού του! πχ ένας άνθρωπος χρειάζεται να τρέξει σε jogging για να θεραπεύσει την κατάθλιψή του, όμως δεν μπορεί να πάρει απόφαση να πάει για jogging! Τότε, όταν σπάσει 8-10 μπουκάλια σε ελεύθερη βολή, ελευθερώνεται ο νους του από τις αναστολές – ενοχές του (κατάσταση φωτογραφίας Α), και μπορεί να πάρει την εποικοδομητική απόφαση που χρειάζεται, για να κάνει jogging, για να υπηρετήσει τα καλώς νοούμενα συμφέροντα της ζωής του και της υγείας του! Απελευθερώνεται δηλαδή, η βούλησή του και η ικανότητά του για Συνειδητή Λογική διαχείριση! Έτσι, ο άνθρωπος αποκτά – έχει και την βούληση και την ισχύ να γίνεται και να είναι ο εαυτός του/της (κατάσταση φωτογραφίας Β)! Αυτή είναι η Δύναμη που δίνει η Γνώση στον άνθρωπο ως Λόγο αυτοκίνητο και αυτοπροσδιοριζόμενο! Έτσι ενεργούμε χωρίς να αφεθούμε να καθοδηγούμαστε από τα ψυχοτραύματά μας

και χωρίς να αφήνουμε το παρελθόν να μας καθορίζει! Τέλος, το σπάσιμο μπουκαλιών γυάλινων είναι πρώτης τάξεως γιατρικό για την κατάθλιψη, για τις φοβίες, για τις κρίσεις πανικού, καταστάσεις αγωνίας κλπ. Τούτο διότι με το σπάσιμο του μπουκαλιού ακυρώνεται-αφαιρείται-εξασθενεί η επίδραση της (απορριπτικής-θυμωμένης) μήτρας μέσα μας!

▪ Η καθημερινή χρήση σπασίματος μπουκαλιών προκαλεί μεγάλη ψυχοσωματική ανακούφιση μεσομακροπρόθεσμα!

#### Ιδιαίτερη σημείωση:

αν δεν είναι οπωσδήποτε εφικτό να σπάτε πραγματικά μπουκάλια, τότε οραματίζεστε ότι δίνετε μπουινιές στο κεφάλι και κλωτσιές στην κοιλιά αυτών που σας έχουν εξοργίσει!

▪ Επίσης, αν δεν είναι οπωσδήποτε εφικτό να σπάτε πραγματικά μπουκάλια, τότε οραματίζεστε – φαντάζεστε ότι σπάτε μπουκάλια με τον ίδιο τρόπο που σας περιέγραφα αναλυτικά προηγουμένως! Έτσι, μπορεί να εκτονωθείτε–ανακουφιστείτε ουσιαστικά! ΔΟΚΙΜΑΣΤΕ και αυτό!

▪ Εξυπακούεται ότι κατά τη διάρκεια του οραματισμού του σπασίματος των μπουκαλιών θα λέτε όλα τα λόγια τα οποία σας ανέφερα κατά την περιγραφή του πραγματικού σπασίματος των μπουκαλιών! Το ίδιο ισχύει και για τον οραματισμό ότι δίνετε μπουινιές στο κεφάλι και κλωτσιές στην κοιλιά αυτών που σας έχουν εξοργίσει!

▪ Συγχρόνως, λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....» και μετά, την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι!

**Αναλυτικά** το «ευλογώ και φωτίζω...» έχει ως εξής:

- Ευλογώ και φωτίζω όλα τα αρνητικά συμβάντα στην ζωή μου!
- Ακυρώνω και μετουσιώνω όλους τους χαμηλούς κραδασμούς που είναι παράγωγα των αρνητικών συναισθημάτων μου! Διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά, δηλαδή παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου!
- Αποδέχομαι και αγαπώ όλα όσα η ψυχή μου επέλεξε ως δυσκολίες – προκλήσεις στην παρούσα ενσάρκωση!
- Επιθυμώ και μπορώ να ανταποκριθώ επαξίως σε όλες αυτές τις δυσκολίες – προκλήσεις, γιατί είμαι Αγάπη, Αλήθεια και Φως!
- Αγαπώ τον εαυτό μου, κάνω τον πόνο μου Αγάπη, αποδέχομαι και συγχωρώ όλα όσα είμαι και μπαίνω μέσα στη Σοφία που με οδηγεί στο Φως!
- Είμαι στο Φως, το Φως είναι μέσα μου, είμαι το Φως!

Παρεμπιπτόντως, αυτή η θετική δήλωση μπορεί να χρησιμοποιείται και κάθε φορά που έχετε οποιεσδήποτε δυσκολίες!

Τέλος λέτε τον νόμο της αποδοχής καθώς μόλις προηγουμένως είπαμε! Αποδοχή και ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται κάρμα! Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Αυτό έχει μεγάλη αξία και σημασία! Μπορεί να διαπιστώσετε ότι ανακουφιστήκατε ουσιαστικά!

Επίσης, αν είναι αντικειμενικά ανέφικτο να σπάσουμε πραγματικά μπουκάλια, τότε μπορούμε να κάνουμε και τα εξής:

- Πυροβολούμε νοερά πολλά μπουκάλια, αλληλοδιαδόχως, ακούμε νοερά τον θόρυβο θραύσης τους και έχουμε νοερά την εικόνα του κατακερματισμού τους!
- Αυτή η νοητική εικονοπλασία – οραματική ψυχική γομολάστιχα μπορεί να προκαλέσει αισθητή ανακούφιση!
- Σε όλη τη διάρκεια της νοητικής αυτής εικονοπλασίας θα λέτε τα γνωστά ήδη λόγια της λειτουργίας της ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως!

Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται κάρμα!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2ο**

Η διαδικασία με τον φάκελο.

### ΠΡΟΕΤΟΙΜΑΣΙΑ ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΤΗΝ ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΦΑΚΕΛΟ

Σαν ψυχική προπαρασκευή στον φάκελο και την δράση του, ώστε να μειωθούν σταδιακά οι αντιστάσεις και οι ενδεχόμενες ισχυρές θεραπευτικές αντιδράσεις, προτείνω να κάνετε τα εξής:

**1)** Επί μία εβδομάδα έως 10 ημέρες, κάθε μέρα να παίρνετε ένα χαρτί όπου ζωγραφίζετε με μολύβι ένα μαύρο γουρούνι. Το μαύρο γουρούνι συμβολίζει όλους τους φόβους και όλα τα ψυχικά προβλήματα που έχετε μέσα σας. Αυτό το μαύρο γουρούνι το σβήνετε ακολούθως με τη συνήθη υλική γομολάστιχα. Κάνετε αυτό όσες φορές θέλετε. Κατόπιν, μπορείτε να εκτυπώσετε ένα έτοιμο μαύρο γουρούνι από το Internet. Στην πίσω επιφάνεια είτε του ζωγραφισμένου, είτε του εκτυπωμένου γουρουνιού γράφετε τον κατάλογο με τα ονόματα όσων σας έχουν ενοχλήσει, καθώς και το δικό σας όπως και των παιδιών σας, κατά τα γνωστά από προηγουμένως με τα μπουκάλια! Για να μην ταλαιπωρείστε κάνετε το σύνολο φωτοαντίγραφο!

Σημείωση: τα ίδια ακριβώς θα κάνετε και με το μαύρο ποντίκι! Δείτε παρακάτω.

▪ Στο κάθε χαρτί – φωτοαντίγραφο θα κάνετε τα εξής:

- Θα το τρυπήσετε με καρφίτσα ή με πρόκα ώστε να γίνει σαν σουρωτήρι! Τρυπάτε οπωσδήποτε τα μάτια του γουρουνιού = συμβολική αναπαράσταση και εκφόρτιση του εμβρυϊκού βιώματος ως προς το «μάτι της απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας»! Η δύναμη του συμβολικού καρφώματος φαίνεται και από το εξής παράδειγμα: ένας θεραπευόμενός μου είχε πολύ κακές σχέσεις με την πεθερά του, η οποία τον καταπίεζε! Οι στεναχώριες που αυτή του προκαλούσε έπαιρναν τη μορφή στηθαγχικού συνδρόμου το οποίο εκδήλωνε! Όμως, μόλις κάρφωσε την φωτογραφία της πεθεράς του στο μεσόφρυο (ανάμεσα στα μάτια) αμέσως

εξαφανίστηκε το στηθαγχικό σύνδρομο το οποίο τον βασάνιζε!

Η αίσθηση του εμβρύου μέσα στη μήτρα είναι ότι ένα μάτι με παρακολουθεί συνεχώς, με εξετάζει και με ΚΡΙΝΕΙ! Οπότε, αν είμαι όπως με θέλει, με αποδέχεται και αισθάνομαι όπως στη φωτογραφία Β! Αν δεν είμαι όπως με θέλει, με απορρίπτει θυμωμένα, βασανιστικά και αισθάνομαι όπως στη φωτογραφία Α!

Αναλυτικότερα: τα βιώματα του απορριπτόμενου εμβρύου υπό της απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας είναι, μεταξύ άλλων, τα εξής: αισθάνεται ότι συμπιέζεται και ότι πλήττεται σαν από σφυρί από τα τοιχώματα της απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας! Αισθάνεται ότι πυρωμένα καρφιά διατρυπούν το σώμα του! Αισθάνεται ότι τεμαχίζεται – διαλύεται, όπως μέσα σε στόμα που το μασάει! Αισθάνεται ότι ευρίσκεται μέσα σε φλόγες (ψήνεται), αισθάνεται ότι βράζει! Αισθάνεται χαοτικό τρόπο και πανικό, με αποτέλεσμα ταχυ-αρρυθμία στην καρδιά του! Τέλος, όταν απορρίπτεται το φύλο του, υπό το κράτος των προαναφερθέντων βιωμάτων, αρχίζει να εδραιώνεται μέσα του η ομοφυλοφιλία, δηλαδή γίνεται ότι το θέλει η μήτρα! Αναπαράγει την διδαγμένη αντίληψη (το οργανωτικό πρότυπο – δυναμικό στερεότυπο)! Η φυσιολογική του θέληση υποκαθίσταται σταδιακά από την θέληση της απορριπτικής του φύλου μήτρας!

- Ακολούθως, θα το τσαλακώσετε – συνθλίψετε με την παλάμη σας, όπως σας τσαλάκωσαν και συνέθλιψαν!

- Μετά, θα το ποδοπατήσετε στο πάτωμα, όπως σας ποδοπάτησαν!

- Κατόπιν, θα το κόψετε με ψαλίδι ή με τα χέρια σας, ώστε να γίνει μικρά κομματάκια σαν χαρτοπόλεμος! Το τεμάχισμα αυτό αναπαριστά συμβολικά το τεμαχιστικό βίωμα που έχουμε σαν έμβρυα, εξαιτίας της απορριπτικής-θυμωμένης μήτρας ή εξαιτίας δύσκολου τοκετού!

- Το τεμάχισμα αυτό θεραπεύει και προλαμβάνει μεταξύ άλλων και την ανάγκη να «χαρακώνουν» τον εαυτό τους, ιδίως τα παιδιά κατά την παιδική και εφηβική τους ηλικία (όπου, αυτοχαρακώμα = η εκούσια πρόκληση αυτοτραυματισμών, πχ με ξυράφι)!

- Όπως θα παρατηρήσετε το τεμάχισμα περιλαμβάνεται σχεδόν σε όλες τις ψυχικές γομολάστιχες, εξαιτίας όσων σας είπα!

- Ακολούθως, θα ρίξετε πράσινο οινόπνευμα σε ένα άδειο πήλινο μπολ γιαουρτιού, θα βάλετε φωτιά και θα ρίξετε τον χαρτοπόλεμο στη φωτιά να καεί! Σημειώστε ιδιαίτερα στο νου σας ότι, το μεγάλο μέγεθος της φωτιάς –φλόγας και η διάρκειά της βοηθούν την εσωτερική – συνειδησιακή αποτοξίνωση (ΚΑΘΑΡΣΗ) της προσωπικότητας! Η φωτιά εξαγνίζει, το νερό καθαρίζει! Κανονίστε το οινόπνευμα να καίει για 2'-3' της ώρας.

- Μετά, θα ρίξετε τις στάχτες στη λεκάνη της τουαλέτας και θα τις «πυροβολήσετε» με ελαφρά όπλα (τα ούρα σας) και με βαρέα όπλα (τα κόπρανά σας).

- Κατόπιν, θα τραβήξετε το καζανάκι και θα παρακολουθήσετε όλα τα

προαναφερθέντα να χάνονται στην αποχέτευση!

- Σε όλη τη διάρκεια όλων αυτών των φάσεων της διαδικασίας θα λέτε: «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε ή μου κάνετε! Σεις παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε όταν ήμουν αδύναμο παιδί και άλλα τα τώρα, που είμαι ενήλικος και ικανός! Άρα, είναι μία ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Είμαι ελεύθερος/η και είστε ελεύθεροι/ες! Έχω την ευκαιρία να ξεσπάσω, να αδειάσω τον πόνο, την αγανάκτηση, τον θυμό από μέσα μου, ώστε να πάψω να συντηρώ τα παλαιά προγράμματα φωτογραφίας Α μέσα μου! ΟΧΙ άλλη συμπίεση σε βάρος μου, πλέον! Γίνεται απόδοση δικαιοσύνης συμβολικά, για να φύγει από πάνω μου το βάρος του παρελθόντος, το φορτίο του φόβου μου! Αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου, να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια της ζωής! Την εξουδετερώνω και προχωρώ ελεύθερος/η!» Γουρουνάκι σ' ευχαριστώ για το μάθημα που μου έδωσες και σε αποχαιρετώ με ΑΓΑΠΗ!

- Ακολουθως, λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....»!

- Κατόπιν, λέτε τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι!

Τέλος, λέτε τον νόμο της αποδοχής, ο οποίος με τα ρήματά του περικλείει όλη τη Συνειδητή, Λογική διαχείριση που χρειάζεται να κάνετε! Τα ρήματα του προγραμματίζουν κατάλληλα τον εγκέφαλο και είναι τα εξής: αποδέχομαι, κατανοώ, συν-χωρώ, μετανοώ (η μεταμέλεια αλλάζει την ενέργεια προς το καλύτερο), ευλογώ, φωτίζω και μετουσιώνω κάθε αρνητικότητα σε θετικότητα μέσα μου και γύρω μου, γύρω μου και μέσα μου!

ΣΧΟΛΙΟ: γινόμαστε καλύτεροι όταν αποδεχόμαστε τα ελαττώματά μας και τα όριά μας! Δεν τα εχθρευόμαστε, αλλά τα αγαπάμε και τελικά συμφιλιωνόμαστε μαζί τους!

**Πάντως**: τα πραγματικά ψυχικά προβλήματα δεν λύνονται επιφανειακά, αλλά χρειάζεται και ολοκληρωμένη ψυχοθεραπεία!

Έτσι, θα ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ! Αυτό έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Επίσης, ειδικότερα κατά την ώρα της καύσης θα λέγονται τα ειδικά λόγια της φωτιάς – της καύσης που αναφέρουμε παρακάτω, αμέσως πριν από την ΚΥΡΙΩΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΦΑΚΕΛΟ!

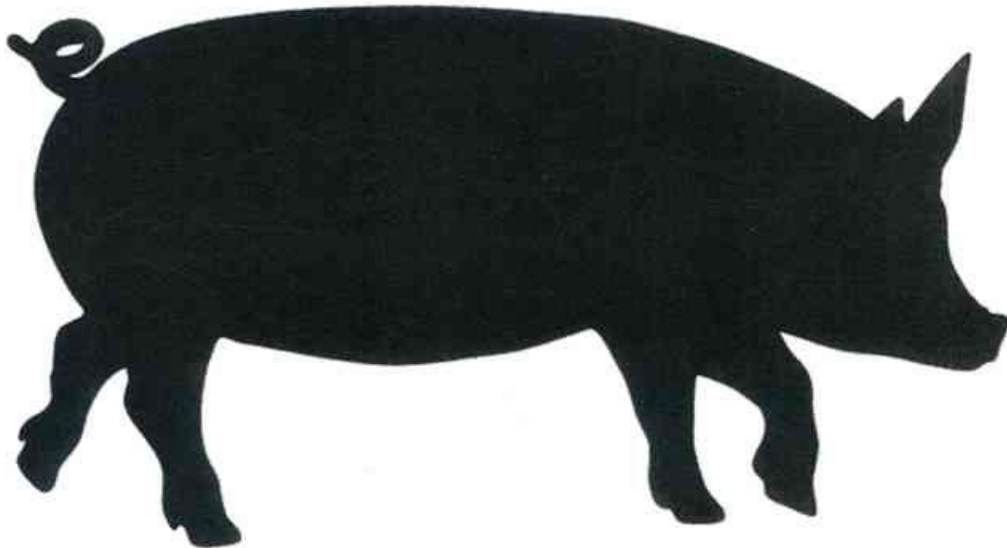
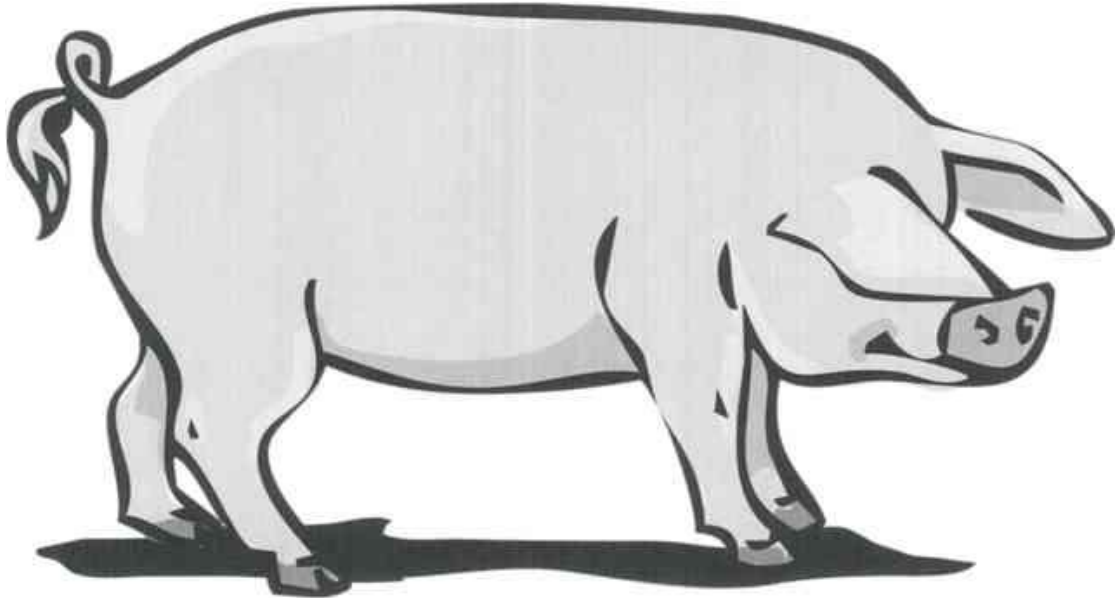
• Αν θέλετε, μπορείτε κάθε φορά που είναι ανάγκη, να επαναλαμβάνετε τη διαδικασία πολλές φορές, π.χ. 10 φορές, για ταχύτερα και καλύτερα αποτελέσματα!

**2)** Επί μία εβδομάδα έως 10 ημέρες, αφού κάνετε τα προηγούμενα, παίρνετε ένα χαρτί όπου ζωγραφίζετε με μολύβι ένα μαύρο ποντίκι με μακριά ουρά!

- Το σώμα του ποντικού συμβολίζει όλους τους φόβους από την

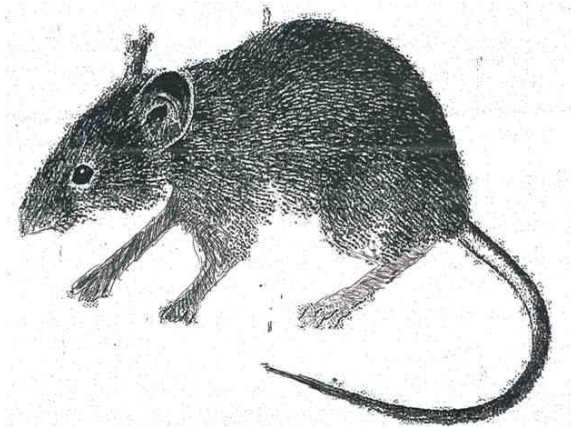
μήτρα- μητέρα!

- Η ουρά του ποντικού συμβολίζει όλους τους φόβους από τον ομφάλιο λώρο - πατέρα!
- Άρα, το ποντίκι υποδύεται όλους τους αρχέγονους φόβους μας!
- Αυτό το προαναφερθέν ποντίκι το σβήνετε ακολούθως με την συνήθη υλική γομολάστιχα! Κάνετε τούτο όσες φορές θέλετε! Κατόπιν, μπορείτε να εκτυπώσετε μέσω internet ένα έτοιμο μαύρο ποντίκι!



Μαύρο Γουρούνι





## μαύρο ποντίκι

- Ακολουθώντας, κάνετε στο χαρτί με το ποντίκι όλα όσα κάνατε προηγουμένως με το μαύρο γουρούνι. Επίσης, σε όλες αυτές τις φάσεις, θα λέτε ακριβώς τα ίδια που είπατε με το γουρούνι.

- Μην παραλείψετε να τρυπήσετε τα μάτια του κάθε ποντικού =συμβολική αναπαράσταση και εκφόρτιση του εμβρυϊκού βιώματος, ως προς το μάτι της απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας! ΓΙ' ΑΥΤΟ ΕΙΝΑΙ ΜΕΓΑΛΗ Η ΠΙΕΣΗ, ΟΤΑΝ ΟΛΟΙ ΣΕ ΚΟΙΤΑΝΕ! πρβλε και τη φράση: «Μη με κοιτάς γιατί θα σου βγάλω τα μάτια»!

▪ Το σώμα του ποντικιού αναπαριστά συμβολικά την απορριπτική (θυμωμένη) μήτρα-μητέρα, δηλαδή τον αρχέγονο φόβο που αυτή προκαλεί!

▪ Η ουρά του ποντικιού αναπαριστά συμβολικά τον ομφάλιο λώρο (ομφαλίδα) πατέρα! Η ομφαλίδα αναπαριστά συμβολικά και τις φασκιές, αν το άτομο φασκιώθηκε! Η δράση της περιελιγμένης ομφαλίδας στο έμβρυο ισοδυναμεί με εκείνη του ΜΑΣΤΙΓΙΟΥ! Επίσης, η κοντή ομφαλίδα κάνει πολύ κακό στο έμβρυο, γιατί το δυσκολεύει να τραφεί. Άρα, δεν τρέφεται επαρκώς! Οι φασκιές προκαλούν στο βρέφος το αίσθημα ότι το πνίγουν! «Με έπνιγαν οι φασκιές» είναι η συνήθης δήλωση του ενήλικου, ο οποίος αισθάνεται πάλι πνίξιμο, όταν αναλαμβάνει ευθύνη δεσμευτικής σχέσης στη ζωή του! πχ όταν έρχεται σε γάμο, ακόμη και αν τον επιθυμεί συνειδητά! Το ίδιο αίσθημα μπορεί να προκαλεί και η περιελιγμένη στο έμβρυο ομφαλίδα, οπωσδήποτε δε, αν είναι περιελιγμένη γύρω από τον λαιμό!

**3)** Επί μία εβδομάδα έως 10 ημέρες, μετά τα προηγούμενα, παίρνετε ένα χαρτί όπου καταγράφετε όλα τα ονόματα όσων σας έχουν ενοχλήσει, στενοχωρήσει ή βλάψει μέχρι τώρα! Θα συμπεριλάβετε τα ονόματα και των παιδιών σας, όπως και το όνομά σας, για να διαλυθούν τα αυτοπαθή – ενδοστρεφή προγράμματα φωτογραφίας Α μέσα σας! Κάνετε αρκετά φωτοαντίγραφα αυτού του καταλόγου και στο κάθε αντίγραφο κάνετε ακριβώς όλα όσα κάνατε προηγουμένως με το μαύρο γουρούνι και με τα μαύρα ποντίκια με μακριά ουρά. Επίσης, σε όλες αυτές τις φάσεις, θα λέτε ακριβώς τα ίδια που είπατε με το γουρούνι και με τα ποντίκια, ούτως ώστε να ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Αυτό έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Λέγετε και τα εξής: ποντικάκι σε ευχαριστώ για το μάθημα που μου έδωσες και σε αποχαιρετώ

με ΑΓΑΠΗ!

**4)** Γράψτε ένα γράμμα με όλα τα παράπονα της προσωπικότητάς σας – ψυχής σας προς τον υπαίτιο των δεινών σας, όπως π.χ. πατέρα, μητέρα, αδελφό/ή, εραστή ή ερωμένη, σύζυγο, προϊστάμενο, συνεργάτη, φίλο, πελάτη κλπ.

- Ακολουθώντας, κάνετε αρκετά φωτοαντίγραφα του γράμματός αυτού!

- Κατόπιν, καίτε το κάθε αντίγραφο του γράμματός χωριστά επί μία εβδομάδα – 10 ημέρες! Έτσι, αξιοποιείται το ΚΑΘΑΡΤΗΡΙΟ ΠΥΡ που φέρνει τις ενέργειες στην επιφάνεια της Συνείδησης και τις ΕΞΑΓΝΙΖΕΙ! Κάνετε σε κάθε φωτοαντίγραφο ακριβώς όλα όσα κάνατε προηγουμένως με το μαύρο γουρούνι και με τα μαύρα ποντίκια με μακριά ουρά.

- Σε όλη τη διάρκεια των καύσεων μπορείτε να λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....» και ακολουθώντας την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι! Τέλος, να λέτε τα λόγια του νόμου της αποδοχής, καθώς ήδη προείπαμε! ΑΓΑΠΗ ΚΑΙ ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ, είναι το ζητούμενο. Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ! Χρειάζεται και ολοκληρωμένη ψυχοθεραπεία, διότι τα πραγματικά προβλήματα δεν λύνονται επιφανειακά!

- Απαραιτήτως, πριν από όλα, θα λέγονται και τα εξής ειδικά λόγια της φωτιάς – της καύσης: «με τον τρόπο αυτό καίγονται όλες οι τοξικές αναμνήσεις μου, όλες οι καταστάσεις άρνησης ζωής μέσα μου, όλοι οι σπόροι του κακού μέσα μου, δηλαδή όλες οι καταστάσεις φωτογραφίας Α μέσα μου! Όλες αυτές τις καταστάσεις τις καίω, τις μετουσιώνω, τις αποδομώ και τις ανασυνθέτω σε Αγάπη, προς εαυτόν και αλλήλους! Όπως καίγεται η φωτιά, καίγονται όλα τα αρνητικά μου»!

### **Η ΚΥΡΙΩΣ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟΝ ΦΑΚΕΛΟ**

Παίρνετε έναν απλό φάκελο αλληλογραφίας. Τοποθετείτε μέσα σε αυτόν ένα χαρτί – κατάλογο με τα ονόματα όλων όσων σας έχουν στεναχωρήσει, ενοχλήσει, πονέσει ή βλάψει μέχρι τώρα! Αρχίζετε με τους γονείς σας και ιδιαίτερα με την μητέρα-μήτρα που σας ανάθρεψε και γέννησε. Απαραιτήτως θα συμπεριλάβετε το όνομα του εαυτού σας, για να διαλυθούν όλα τα αυτοπαθή – ενδοστρεφή προγράμματα τοξικών – οδυνηρών αναμνήσεων (δίδαγμένης αντίληψης φόβων και απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας). Επίσης, χρειάζεται να συμπεριλάβετε στον κατάλογο και τα ονόματα των παιδιών σας, διότι η σχέση με τα παιδιά σας ανάγεται στα πρότυπα της σχέσης με την μάννα-μήτρα!

▪ Για την αναλυτική αιτιολόγηση όλων αυτών σας μίλησα ήδη στην προηγούμενη ψυχική γομολάστιχα με τα μπουκάλια. Δείτε εκεί.

▪ Μόλις συμπληρωθεί ο κατάλογος τοποθετείτε το χαρτί μέσα στον φάκελλο.

▪ Ακολουθώντας, παίρνετε ένα άλλο χαρτί, όπου επάνω του έχετε σχεδιάσει ένα

μαύρο ποντίκι. Αυτό μπορεί είτε να σχεδιαστεί από εσάς, είτε να χρησιμοποιήσετε την εικόνα του ποντικιού που σας παρέθεσα σε αυτό το κείμενο προηγουμένως.

- Το σώμα του ποντικιού συμβολίζει – αναπαριστά την μήτρα που σας κυοφόρησε, αλλά και σας βασάνισε!

- Η ουρά του ποντικιού συμβολίζει – αναπαριστά τον ομφάλιο λώρο (την ομφαλίδα) που σας έθρεψε αλλά και σας βασάνισε επίσης! Τού το διότι ήταν ενδεχομένως περιελιγμένη γύρω σας! Αυτό το βίωμα είναι εξαιρετικά οδυνηρό, οδυνηρότερο και από μαστίγωμα με αληθινό μαστίγιο! Με μαστίγιο μοιάζει συμβολικά η ουρά του ποντικιού!

- Η ουρά του ποντικιού συμβολίζει – αναπαριστά εκτός από το μαστίγιο της περιελιγμένης ομφαλίδας και τις φασκίες με τις οποίες παλαιότερα φάσκιωναν τα νεογνά-βρέφη! Το φάσκιωμα επίσης είναι πολύ δυσάρεστο για το μωρό και το γεμίζει με τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις φόβων και θυμού, όπως και η περιελιγμένη ομφαλίδα! Για να καταλάβετε καλύτερα τι εννοώ, φανταστείτε πως θα αισθανόσαστε αν σας φάσκιωναν σαν μούμια, τώρα, στην ηλικία σας!

Η περιέλιξη της ομφαλίδας ή το φάσκιωμα φαίνονται άμεσα στην γραφολογική σημειολογία της υπογραφής – μονογραφής του εξεταζόμενου ατόμου! Η υπογραφή – μονογραφή του ατόμου είναι η συνοπτική αυτοπροσωπογραφία του!

- Τέλος, σας προσθέτω ότι η περιελιγμένη ομφαλίδα γύρω από τον λαιμό γίνεται πρόξενος λαρυγγιτίδων ή και αλαλιών κατά τις μετέπειτα ηλικίες! Πως θεραπεύεται αυτή η κατάσταση θα σας πω παρακάτω, στις ψυχικές γομολάστιχες με πλαστελίνες! ΟΛΑ στηρίζονται στην εξής ιδιότητα του εγκεφάλου: όταν κάτι γίνεται συμβολικά είναι σαν να γίνεται ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΑ!

- Ακολουθως, τοποθετείτε το χαρτί με το μαύρο ποντίκι μέσα στον φάκελλο! Κατόπιν, παίρνετε ένα άλλο χαρτί, όπου επάνω του έχετε σχεδιάσει ένα μαύρο γουρούνι! Αυτό μπορεί είτε να σχεδιαστεί από εσάς, είτε να χρησιμοποιήσετε την εικόνα του γουρουνιού που σας παρέθεσα σε αυτό το κείμενο προηγουμένως.

- Το μαύρο γουρούνι συμβολίζει – αναπαριστά όλο το κακόβουλο λογισμικό τοξικών – οδυνηρών αναμνήσεων, δηλαδή διδαγμένης αντίληψης κατάστασης φωτογραφίας Α, δηλαδή εσωτερικού σαμποτέρ δηλαδή της σκοτεινής σκιάς σας, δηλαδή όλο τον «κακό» εαυτό σας, τους φόβους σας!

- Τοποθετείστε και αυτό το χαρτί με το μαύρο γουρούνι μέσα στον φάκελο. Μπορείτε να κάνετε άφθονα φωτοαντίγραφα και των 3 χαρτιών που σας προανέφερα, ώστε να διευκολύνεστε στη χρήση τους!

- Αφού τοποθετήσετε και τα 3 χαρτιά μέσα στον φάκελο, τον κλείνετε. Έτσι, έχετε συμβολικά μία πλήρη αναπαράσταση της απορριπτικής (θυμωμένης) μήτρας, από την οποία δεν μπορεί να ξεφύγει το κύημα ή έχει δυσκολίες κατά

την έξοδό του από τον γεννητικό σωλήνα! Εξάλλου, ο ανοιχτός φάκελος θυμίζει συμβολικά (αναπαριστά) πάρα πολύ την μήτρα, διότι είναι κλειστός από όλες τις πλευρές εκτός από μία, το στόμιο εξόδου! Τα ίδια ισχύουν και σε κάθε ανωμαλία που προκαλεί δυσκολίες κατά τη διάρκεια του τοκετού! Επίσης σε ατυχήματα κατά τη διαδικασία της γέννησης! Τέλος, σε παρατεταμένη, πέραν των 9 μηνών, κύηση! Όσοι έχουν ιστορικό σύμφωνα με τα προηγούμενα, θα ωφεληθούν όταν κάνουν αυτή την ψυχική γομολάστιχα!

▪ Ακολουθως, αναπαριστάτε συμβολικά τα βιώματα, τις βιωμένες εμπειρίες ως εξής:

**α)** Τρυπάτε τον φάκελο με τα περιεχόμενά του πολλές φορές, ώστε να γίνει σαν σουρωτήρι, με μία καρφίτσα ή με μία πρόκα. Η πράξη αυτή είναι συμβολική αναπαράσταση του βιώματος του απορριπτόμενου εμβρύου υπό της μήτρας, ότι δηλαδή το τρυπούν πυρωμένα καρφιά! Δεν μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε πραγματικά πυρωμένα καρφιά, αλλά μία καρφίτσα ή μία πρόκα παράγουν το θεραπευτικό αποτέλεσμα, καθώς προείπαμε!

**β)** Κατόπιν, κάνετε σύνθλιψη του φακέλου με την χούφτα σας, όπως σας σύνθλιψε, ως περιβάλλουσα αρχή, η μήτρα, η οικογένεια, το σχολείο, η κοινωνία μέχρι τώρα!

**γ)** Μετά, ποδοπατάτε τον φάκελο στο έδαφος όπως σας ποδοπάτησε η περιβάλλουσα αρχή στη ζωή σας! (όπως μόλις προείπαμε)

**δ)** Κατόπιν, τεμαχίζετε με ψαλίδι ή με τα χέρια σας τον προαναφερθέντα φάκελο με τα περιεχόμενά του, σε μικρά κομματάκια, ούτως ώστε να γίνει χαρτοπόλεμος! Η πράξη αυτή είναι συμβολική αναπαράσταση του τεμαχιστικού βιώματος της απορριπτικής μήτρας, όπου το έμβρυο έχει την αίσθηση ότι τεμαχίζεται και κατασπαράζεται, σαν να βρίσκεται στα σαγόνια ενός καρχαρία! Δες τη σχετική παρακάτω εικόνα. Επίσης έχει την αίσθηση ότι βρίσκεται μέσα σε ένα στόμα, όπου το στόμα το μασάει και το κατασπαράζει με τα δόντια του!

Πολλές φορές οι άνθρωποι με τα βιώματα αυτού του είδους έχουν όνειρα ότι τους κόβουν (τεμαχίζουν με ψαλίδια ή με μαχαίρια)!

▪ Επίσης, οι άνθρωποι με βιώματα απορριπτικής του φύλου μήτρας εκδηλώνουν σεξουαλική ανικανότητα, αν είναι αρσενικοί, διότι την ώρα της διείσδυσης κατά την συνουσία (συμβολικά = επιστροφή στη μήτρα) έχουν την αίσθηση, το ΟΡΑΜΑ, τον φόβο, πχ ότι ένα ψαλίδι τους κόβει τα γεννητικά τους όργανα, οπότε αμέσως προκαλείται απώλεια στύσης!

▪ Η αναπαραστατική – συμβολική διαδικασία που σας προανέφερα, λειτουργεί ως ψυχική γομολάστιχα σε όλες τις σχετικές τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις που σας είπα και ο άνθρωπος λυτρώνεται από αυτές!

**ε)** Κατόπιν, παίρνετε ένα πήλινο δοχείο γιαουρτιού κενό, του ρίχνετε μέσα αρκετό οινόπνευμα πράσινο, ούτως ώστε να καίει με ζωηρή φλόγα επί 2'-3' ή και περισσότερο, αν νιώθετε την ανάγκη, και ρίχνετε στις φλόγες τον χαρτοπόλεμο να καεί! Αν σκαλίζετε τη φωτιά με ένα μακρύ πιρούνι κουζίνας, τόσο το καλύτερο! Παρατηρείτε ενεργητικά τις φλόγες καθ' όλη τη διάρκεια της καύσης! Η φωτιά εξαγνίζει, το νερό καθαρίζει!

▪ Όλο αυτό είναι συμβολική αναπαράσταση του βιώματος της απορριπτικής (θυμωμένης) μήτρας, όπου το έμβρυο (εκτός των άλλων) αισθάνεται ότι βρίσκεται μέσα σε φλόγες ή ότι βράζει! Αυτή είναι η πηγή του αρχέγονου φόβου της φωτιάς, καθώς επίσης της πυρομανίας και των κινήτρων των εμπρηστών! Επίσης, των κινήτρων όσων επιλέγουν το επάγγελμα του ψήστη ή του μαγείρου κλπ.



Τα σαγόνια του καρχαρία



## Ο άνθρωπος σε φλόγες

▪ Βλέπετε λοιπόν την προέλευση της πίστης για τις φλόγες της κόλασης, για το καθαρτήριο πυρ του καθαρτηρίου, για το κάψιμο των ανθρώπων ζωντανών για να σωθεί, δήθεν, η ψυχή τους και τέλος για την προέλευση της πυρομανίας! Ως γνωστόν, η Ιερά Εξέταση έκαιγε το σώμα για να το λυτρώσει από το πνεύμα του κακού που είχε φωλιάσει μέσα του! Όμως, ευτυχώς ο κόσμος προόδεψε έκτοτε! Η πιο επιεικής θεολογία δεν επιμένει πλέον στην άποψη της κόλασης και της φωτιάς για τους αμαρτωλούς! Πρόκειται δηλαδή, για αναπαραγωγή προτύπου εξωστρεφούς διδαγμένης αντίληψης! Την ίδια πηγή έχει η καυστική γλώσσα των ανθρώπων! Διάνοια και λόγος ταυτά! Ο λόγος (η γλώσσα) είναι το σώμα-σήμα της σκέψης!

▪ Υπάρχουν και άλλα σχετικά με αυτά, αλλά εδώ πλεονάζουν! Ένα από αυτά είναι και το έθιμο του καψίματος του Ιούδα, δηλαδή όλου του «κακού» φωτογραφίας Α που έχουμε μέσα μας! Όλα αυτά αποτελούν συμβολικά μεταβιβασμένη ενοχή, δηλαδή εξαγνισμό και διαφυγή από τις συνέπειες των αμαρτιών, δηλαδή κάθαρση – εξάλειψη του βάρους του τοξικού παρελθόντος της κατάστασης φωτογραφίας Α μέσα μας, που σημαίνει ελευθερία από το φορτίο του φόβου!

Slogan: η φωτιά εξαγνίζει, το νερό καθαρίζει!

▪ Επίσης, βλέπετε την προέλευση των καυστικών, επικριτικών σχολίων! Τα καυστικά σχόλια είναι συνυφασμένα με το καυστικό βίωμα της απορριπτικής μήτρας! Η γλώσσα είναι ακριβής καθρέφτης πραγματικότητας και Αλήθειας, πχ «και γαρ η λαλιά σου δήλον σε ποιεί» ή «διάνοια και λόγος ταυτά» έλεγαν οι αρχαίοι Έλληνες! Σας θυμίζω και τις γλωσσικές διατυπώσεις όπως: «κάηκα», «μ' έκαψες» σε ενδοστρεφή κατάσταση, ή «θα σε κάψω» σε εξωστρεφή κατάσταση! Σε όλη τη διάρκεια της καύσης, απαραίτητα, θα λέγονται τα λόγια της φωτιάς – της καύσης! Δείτε αμέσως προηγουμένως ποια είναι αυτά τα λόγια, επίσης λίγο παρακάτω.

**στ)** Κατόπιν, αφού ολοκληρωθεί η καύση, παίρνετε τις στάχτες και τις ρίχνετε στη λεκάνη της τουαλέτας.

**ζ)** Μετά, «πυροβολείτε» τις στάχτες μέσα στη λεκάνη με ελαφρά και με βαρέα όπλα! Τα ελαφρά όπλα είναι τα ούρα σας, τα βαρέα όπλα είναι τα κόπρανά σας! Κατά τον «πυροβολισμό» με βαρέα ιδίως όπλα επέρχεται ΚΑΘΑΡΣΗ ΕΝΤΕΡΟΥ (με επίμηκες σχήμα, όπως η ομφαλίδα) ΚΑΙ ΕΓΚΕΦΑΛΟΥ από φορτία φόβου-ενοχής! Όλα όσα σας ανέφερα είναι μέσα καθαρισμού της προσωπικότητας από σαδοπρωκτικές καθηλώσεις. Οι καθηλώσεις αυτές σχετίζονται και με την δηκτική ή καταβροχθιστική ή κανιβαλιστική φάση του θηλασμού! Από αυτές τις καθηλώσεις προέρχεται η δηκτική γλώσσα των ανθρώπων! Δηκτική γλώσσα όπως και καυστική γλώσσα εκδηλώνουν πολλοί άνθρωποι και κατ' εξοχήν οι δημοσιογράφοι και οι πολιτευόμενοι!

**η)** Κατόπιν, τραβάτε το καζανάκι (Flush them out)! Ενεργητικά παρατηρείτε τον σίφωνα μέσα στη λεκάνη της τουαλέτας να εξαφανίζει τις στάχτες στην αποχέτευση. Έτσι ο θεραπευόμενος άνθρωπος απαλλάσσεται με συμβολικά μέσα, από τα άχρηστα στοιχεία (κατάστασης φωτογραφίας Α), που βασανίζουν την ύπαρξή του! Εντέλει, ενεργοποιείται με συμβολικά μέσα, ο αυτοκαθαριστικός - αυτοθεραπευτικός μηχανισμός του ανθρώπου!

▪ Ειδικότερα ο άνθρωπος απαλλάσσεται και από τις τοξικές αναμνήσεις του σταδίου του ουρηθρικού σαδισμού του, που αρχίζει μέσα στη μήτρα, όταν ήταν έμβρυο, διότι, μόλις το έμβρυο τρομάζει, ουρεί αμέσως σαδιστικά μέσα στη μήτρα! Συμβολικά την καίει με τα ούρα του, καθώς εκείνη του προκαλεί το καυστικό βίωμα της απόρριψης - θυμού της!

▪ Ομοίως, ο άνθρωπος απαλλάσσεται από τις τοξικές - οδυνηρές αναμνήσεις του σταδίου του πρωκτικού σαδισμού που αρχίζει επίσης μέσα στη μήτρα! Όμως, η σαδιστική κένωση του εντέρου μέσα στην μήτρα θα προκαλούσε μεγάλο κακό στην κυοφορία! Γι' αυτό υπάρχει μηχανισμός αναστολής της κένωσης του εντέρου, οπότε ο πρωκτικός σαδισμός ενδοστρέφεται, απωθείται και έτσι θεμελιώνεται η τάση του ανθρώπου για δυσκοιλιότητα! Για ΑΥΤΟΣΥΓΚΡΑΤΗΣΗ γενικότερα! Έτσι, προκαλείται ενοχοποίηση της γλώσσας του σώματος-σήματος!

▪ Για όλους αυτούς τους λόγους, η ψυχική αυτή γομολάστιχα καταλύει την δυσκοιλιότητα (σωματική και ψυχική) ιδίως αν πρόκειται για παιδιά!

▪ Επίσης, αυτή η ψυχική γομολάστιχα έχει εξαιρετικά θεραπευτικά αποτελέσματα στη σπαστική ή και στην αιμορραγική κολίτιδα - ευερέθιστο κόλον! Σε συνδυασμό και με άλλες ψυχικές γομολάστιχες που θα σας παραθέσω παρακάτω, θεραπεύει ακόμη και ελκώδη κολίτιδα, όπου το παχύ έντερο κλαίει με αιματηρά δάκρια!

**ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΨΥΧΙΚΩΝ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΩΝ, Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΟΥΣ ΕΙΝΑΙ Η ΑΠΟ-ΕΝΟΧΟΠΟΙΗΣΗ ΤΗΣ ΓΛΩΣΣΑΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ-ΣΗΜΑΤΟΣ!**

▪ Η ενοχοποίηση της γλώσσας του σώματος οφείλεται στο φοβισμένο «παραβιασμένο» παιδί μέσα μας που παρατείνεται και αναπνέει μέσα στο παρόν μας και μας αρρωσταίνει! Το παιδί που έχει κάνει ταύτιση = μίμηση = εσωτερίκευση των στρεβλών, γονικών προτύπων διδαγμένης αντίληψης: με τις ψυχικές γομολάστιχες συμβαίνει αποταύτιση. Όπως προαναφέρθηκε, οι τραυματικές εμπειρίες των γονέων μας μεταφέρονται σε εμάς μέσα από τον ψυχικό μηχανισμό ταύτισης – μίμησης και εσωτερίκευσης!

▪ Αυτό είναι το βάρος του παρελθόντος που μας βαρραίνει, δηλαδή η κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα μας, η οποία κλέβει τη δύναμη από τον αληθινό μας εαυτό, δηλαδή την κατάσταση φωτογραφίας Β μέσα μας!

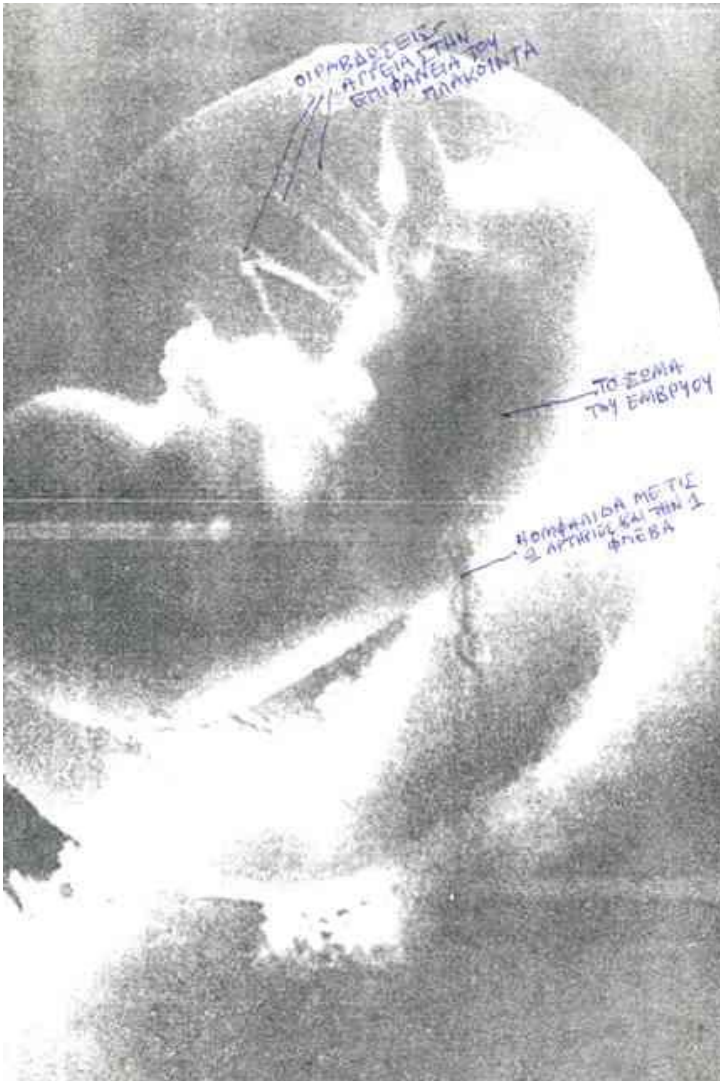
Με τα συνειδησιακά εργαλεία, τις ψυχικές γομολάστιχες και τις πληροφορίες που σας δίνω, μπορείτε να μάθετε να αντιστέκεστε συνειδητά σε ότι υποσυνείδητα αντιστέκεται στη ζωή μέσα σας, όπως π.χ. ενοχές, αυτοεπίκριση, θυμός, μνησικακία, φόβοι, γενικώς καταστάσεις φωτογραφίας Α μέσα σας. όπως κατάθλιψη, στεναχώρια, απόγνωση, φοβίες, πανικός, άγχος γενικά! Με τη χρήση των συνειδησιακών εργαλείων και των ψυχικών γομολάστιχων μπορεί να οδηγούμαστε σε θετική αλλαγή συναισθήματος και συμπεριφοράς!

*Παράδειγμα από περιστατικό:* 20χρονη η οποία είχε σοβαρά νευρωσικά προβλήματα, εξαιτίας των κακών σχέσεων της με την οικογένειά της, όταν πρωτοεφάρμοσε αυτή την ψυχική γομολάστιχα ακούστηκε να κραυγάζει μέσα στην τουαλέτα: ΕΛΕΥΘΕΡΙΑΑΑΑ!! Πρόκειται για υγεία ως ελευθερία από τη δυσκαμψία των αμυντικών μηχανισμών της προσωπικότητας = ελευθερία από τον φόβο, δηλαδή την κατάσταση φωτογραφίας Α.

▪ Όταν εξοικειωθείτε αρκετά με αυτήν την ψυχική γομολάστιχα, θα προσθέσετε σε αυτήν τα εξής: θα πάρετε ένα κομμάτι σχοινί της ποιότητας «φορτσάτο» μήκους μίας πιθαμής περίπου και θα το τοποθετήσετε και αυτό μέσα στο φάκελο με τα τρία χαρτιά, πριν τον κλείσετε! Κατόπιν, θα ακολουθήσει η γνωστή ήδη διαδικασία!

▪ Το σχοινί «φορτσάτο» επιλέγεται διότι μοιάζει ως προς την εμπειρία της αφής του με την ομφαλίδα! Αν δεν βρείτε «φορτσάτο», τότε θα πάρετε 3 κομμάτια κοινού σχοινιού μήκους μίας περίπου πιθαμής και θα πλέξετε ένα τρίκλωνο σχοινί που αναπαριστά τα 3 αγγεία της ομφαλίδας, δηλαδή 2 αρτηρίες και 1 φλέβα. Δείτε τη σχετική εικόνα που παρατίθεται.





ομφαλίδα εμβρύου

▪ Όσοι από εσάς είχατε περιέλιξη ομφαλίδας ως έμβρυα ή και όσοι φασκιωθήκατε σαν μωρά, μπορείτε να εφαρμόσετε την εξής παραλλαγή: παίρνετε ένα κατάλληλο κομμάτι «φορτσάτο» ή ένα τρίκλωνο σχοινί που έχετε πλέξει εσείς οι ίδιοι, όπως είπαμε παραπάνω, και το περιτυλίγετε σφιχτά γύρω από τον φάκελλο που έχετε προετοιμάσει, όπως αναφέρθηκε. Κατόπιν κάνετε στον φάκελλο τα γνωστά, όπως σας περιέγραψα προηγουμένως, στα διάφορα στάδια της ψυχικής αυτής γομολάστιχας.

**ΤΩΡΑ ΔΩΣΤΕ ΠΡΟΣΟΧΗ** στα παρακάτω:

Κατά τη διάρκεια όλης της ψυχικής γομολάστιχας, σε όλα τα στάδια, σε όλες τις παραλλαγές αυτής, θα εκφωνείτε, θα λέτε συνεχώς:

**1)** Το «ευλογώ και φωτίζω.....»

**2)** Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (μέχρι να ΟΛΟΚΛΗΡΩΘΕΙ η ψυχική γομολάστιχα! Τέλος, λέτε τον νόμο της αποδοχής όπως προείπαμε ήδη!

Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που

λέγεται κάρμα!

**3)** Μπορείτε να φροντίσετε, κατά τη διάρκεια των καύσεων των διαφόρων συμβόλων, να λέτε τα λόγια της καύσης, της φωτιάς: «Όπως καίγεται η φωτιά, καίγονται όλα τα αρνητικά μου! Με τον τρόπο αυτό καίγονται όλες οι τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις μου, όλες οι καταστάσεις άρνησης ζωής μέσα μου, όλοι οι σπόροι του «κακού» μέσα μου, δηλαδή όλες οι καταστάσεις φωτογραφίας Α μέσα μου! Όλες αυτές τις καταστάσεις τις καίω, τις μετουσιώνω, τις αποδομώ και τις ανασυνθέτω σε Αγάπη, προς εαυτόν και αλλήλους!» Έτσι, πραγματώνεται η εξαγνιστική λειτουργία της φωτιάς στην πράξη, με υπηρεσία στη ζωή!

Επιπλέον, προσθέτετε – λέτε: «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε ή μου κάνετε! Σεις παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε όταν ήμουν αδύναμο παιδί και άλλα τα ΤΩΡΑ, που είμαι ενήλικος και ικανός! Άρα, είναι μία ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Έχω την ευκαιρία να ξεσπάσω, να αδειάσω τον πόνο, την αγανάκτηση, τον θυμό από μέσα μου, ώστε να πάψω να συντηρώ τα παλαιά προγράμματα φωτογραφίας Α μέσα μου! ΟΧΙ άλλη συμπίεση σε βάρος μου! Γίνεται απόδοση δικαιοσύνης συμβολικά, για να φύγει από πάνω μου το βάρος του παρελθόντος! Αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου, να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια της ζωής! Την εξουδετερώνω και προχωρώ ελεύθερος/η! Αποταυτίζομαι και είμαι πλέον ελεύθερος/η στο παρόν, όπως και εσείς είστε πλέον ελεύθεροι από εμένα!»! Μήτρα που με κυοφόρησες, μητέρα που με ανάθρεψες, γουρουνάκι και ποντικάκι σας ευχαριστώ για το μάθημα που μου εδώσατε και σας αποχαιρετώ με ΑΓΑΠΗ!

Έτσι, μέσω αυτής της συμβολικής αναπαραστατικής διαδικασίας διαλύεται–εξουδετερώνεται η συνήθεια για αυτόματη υπακοή και αναπαραγωγή του προτύπου διδαγμένης αντίληψης απορριπτικής (θυμωμένης) μήτρας, όπου περιλαμβάνεται και η συμπάσχουσα ταύτιση. Έτσι, περνάμε από την κατάσταση εξάρτησης χωρίς εκφόρτιση στην κατάσταση εκφόρτισης χωρίς εξάρτηση (υγείας και ελευθερίας), όπως συμβαίνει ιδίως σε αυχενοβραχιόνιο σύνδρομο ή οσφυοϊσχιαλγία!

Παρεμπιπτόντως: ΟΛΕΣ ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΥΝ ΕΤΣΙ!

Ο θεραπευτικός νόμος είναι: να κάνεις ό,τι ακριβώς αποφεύγεις, έστω και ΣΥΜΒΟΛΙΚΑ, διότι έτσι νικιέται ο φόβος! Το μόνο που έχουμε να φοβηθούμε είναι ο ΦΟΒΟΣ! Αυτόν καταπολεμά αυτή η θεραπευτική μου μέθοδος! Παρεμπιπτόντως σας λέγω ότι με τα συνειδησιακά εργαλεία και με τις ψυχικές γομολάστιχες τις οποίες σας δίνω, μπορείτε να λειτουργείτε σαν ένας ελεύθερος άνθρωπος, ο οποίος ορίζει τον εαυτό του! Μάθετε να διαχειρίζεστε την φόβο, το άγχος, τον πόνο! Πρόκειται για μία φιλοσοφία του πόνου! Ο πόνος σημαίνει μόχθο και οδύνη! Χωρίς δυσκολίες και ζόρι, η εξελικτική αλλαγή δεν εδραιώνεται! Να μη θεωρείτε τίποτα ως δεδομένο! Η στάση σας να είναι η εξής: Δεν ξέρω, αλλά θα μάθω! Ό,τι δεν έχω, θα το αποκτήσω! Όπου δεν είμαι δυνατός, τότε θα γίνω! Δείχνω σθένος και καρτερία! Μένω και κρατώ! Δεν τα παρατάω ποτέ! Μπορώ να είμαι παλικάρι σε όλες τις αντιξοότητες σύμφωνα με την παραίνεση του προφήτη Ηλία, δηλαδή μπορεί να έχουμε τα χάλια μας, αλλά δεν είμαστε τα χάλια μας! Διότι το «είναι» υπερέχει του «έχειν»! Με όλα αυτά διευκολύνεται η πνευματική στάση – Συνειδητή, Λογική διαχείριση! Τελικά,

αποδεχτείτε το γουρουνάκι και το ποντικάκι, αγαπήστε τα, αποχαιρετήστε τα και αφήστε τα να φύγουν και να πάνε στο καλό, αφού έχετε μετουσιώσει την αρνητική – ακατάλληλη ενέργεια σε θετική – κατάλληλη!

▪ Όσα διαβάζετε εδώ θα σας βοηθούν να διαχειρίζεστε την απώλεια, το πένθος και τη θλίψη! Είναι σύνηθες γεγονός ότι ύστερα από κάθε απώλεια βιώνεται ισχυρή προσωπική κρίση! πχ σε ισχυρό κλονισμό της αυτοεκτίμησης λόγω ερωτικού χωρισμού ή ερωτικής απογοήτευσης, ή λόγω απώλειας της εργασίας όπως πχ επί απόλυσης, χρεωκοπίας ή συνταξιοδότησης ή τέλος επί χηρείας ή επί απώλειας αγαπημένου κατοικίδιου ζώου!

▪ Η ψυχική γομολάστιχα με τον φάκελο που σας περιέγραψα εδώ με τις παραλλαγές της, έχει μεγάλη θεραπευτική δύναμη – αξία, π.χ. σε κατάθλιψη, απόγνωση, κακοδιαθεσία, φοβίες, κρίσεις πανικού,, καταστάσεις αγωνίας κλπ. Τα ίδια ισχύουν και για όλες τις ψυχικές γομολάστιχες! Μπορείτε να την επαναλαμβάνετε τακτικά επί μακρόν, με τρεις και τέσσερις και δέκα επαναλήψεις κάθε φορά, αν θέλετε και μέχρι να ανακουφιστείτε αισθητά, τόσο βραχυπρόθεσμα, όσο και μεσομακροπρόθεσμα! Είπαμε: ΟΣΟ ΠΙΟ ΠΟΛΛΗ ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΓΙΝΕΤΑΙ, ΤΟΣΟ ΠΙΟ ΚΑΛΑ ΓΙΑ ΕΣΑΣ! Εξυπακούεται ότι αυτά ισχύουν ομοίως για όλες τις ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω!

▪ Όταν επαναλαμβάνετε πολλές φορές κάθε φορά αυτή την ψυχική γομολάστιχα, δεν έχετε την δυνατότητα να χρησιμοποιήσετε τα «ελαφρά» και τα «βαρέα» όπλα πάνω από μία φορά! Δεν πειράζει, κατά τις επαναλήψεις αρκεστείτε στα υπόλοιπα στάδια της ψυχικής γομολάστιχας! Επίσης, μπορείτε να διαφυλάσσετε τις στάχτες για τη χρήση με τα «ελαφρά» και τα «βαρέα» όπλα, όταν αυτά είναι διαθέσιμα!

### **ΣΥΝΑΦΕΙΣ ΜΕ ΤΑ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΑ ΕΙΝΑΙ ΟΙ 2 ΠΑΡΑΚΑΤΩ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ**

▪ Αυτές αναφέρονται σε όσους γεννήθηκαν με περιέλιξη ομφαλίδας ή φασκιώθηκαν ως μωρά! Αυτές οι δύο καταστάσεις είναι εξαιρετικά οδυνηρές, εκφοβιστικές και εκνευριστικές ανυπόφορα για το έμβρυο – νεογνό αντίστοιχα!

**1)** Παίρνετε ένα χοντρό σχοινί σαν τριχιά και το περιτυλίγετε γύρω από τον κορμό σας και τα πόδια σας! Δείτε τη σχετική εικόνα.



εικόνα έγχρωμη Ζωγραφικής με περιελίξεις κορμού

- Αν γεννηθήκατε με περιέλιξη ομφαλίδας στον λαιμό ή στο κεφάλι, περιτυλίγετε αυτά τα μέρη σας!
- Ακολουθως, παίρνετε ένα μαχαίρι ή ένα ψαλίδι και αρχίζετε να κόβετε το περιελιγμένο σχοινί γύρω σας, ενώ ταυτόχρονα παρακαλείτε και οραματίζετε τον ΑΑ Μιχαήλ με το σπαθί του κόβει μαζί σας το περιελιγμένο σχοινί γύρω σας!
- Αυτή η συμβολική αναπαράσταση είναι πολύ απελευθερωτική! Χρειάζεται όμως σθένος και αποφασιστικότητα, ώστε να υπερικήσετε τις ισχυρές αντιστάσεις που μπορεί να εκδηλωθούν! Προς τούτο μπορείτε να χρησιμοποιήσετε σπάσιμο μπουκαλιών ή φάκελο, καθώς προείπαμε! Επίσης, κάνετε διαδικασία ΣΥΝ-ΧΩΡΕΣΗΣ των αντιστάσεών σας!

**2)** Αγοράζετε γάζα – επίδεσμο από το φαρμακείο και κάνετε ακριβώς τα ίδια, όπως και με το σχοινί που σας προανέφερα.

- Αυτή η συμβολική αναπαράσταση του φασκιάματος είναι πολύ απελευθερωτική, όπως και η αμέσως προηγούμενη!

Σημείωση: πιθανότατα θα υπάρξουν ισχυρές αντιστάσεις, για εφαρμογή των παραπάνω! πχ ισχυρός φόβος! Σε αυτή την περίπτωση κάνετε διαδικασία ΣΥΝΧΩΡΕΣΗΣ των αντιστάσεών σας και επιστρατεύετε την βούλησή σας να πράξει αυτή την ψυχική γομολάστιχα! Επίσης μπορείτε να χρησιμοποιήσετε το σπάσιμο μπουκαλιών ή να κάνετε φάκελο, καθώς προείπαμε, ούτως ώστε να απελευθερωθεί η βούλησή σας!

Τέλος, κάνετε τρυφερή μεταχείριση της ομφαλίδας και της φασκιάς (π.χ. τις χαϊδεύετε τρυφερά) ώστε στη φαντασία σας να γίνουν απαλές και τρυφερές σαν βελούδο. Έτσι θα επιτύχετε συμφιλίωση και μετουσίωση όσον αφορά τα αρνητικά σας βιώματα!

Γενικότερα: η σκοτεινή σκιά μας, είναι μέρος μας και χρειάζεται να την αποδεχτούμε και να την απελευθερώσουμε με Αγάπη!

- Εάν επίσης, υπάρξει ισχυρή θεραπευτική αντίδραση, αυτό σημαίνει ότι πάτε καλά! Να επιμείνετε στην εξάσκησή σας! Να επιμένετε με υπομονή και να υπομένετε με επιμονή! Για αποτελεσματικότερη υπέρβαση, πριν κόψετε την συμβολική ομφαλίδα ή φασκιά, οραματιζέστε ότι προσφέρετε χάρια, τρυφερότητα, Αγάπη προς την ομφαλίδα ή την φασκιά, ώστε να γίνουν απαλές και τρυφερές σαν βελούδο! Έτσι, υπερβαίνεται η ανυπόφορη, οδυνηρή αίσθηση που σας έχουν προκαλέσει!

### **3) EN ΤΕΛΕΙ**

για ακόμα μεγαλύτερη θεραπευτική απόδοση της ψυχικής γομολάστιχας με τον φάκελο, μπορεί να γίνονται και τα παρακάτω.

- Μόλις κλείσουμε τον φάκελο και πριν του κάνουμε οτιδήποτε από όσα αναφέρουμε, πράττουμε τα εξής:

**α)** Ανάβουμε και καίμε λιβάνι

**β)** Περνάμε πολλές φορές τον φάκελο πάνω από τον καπνό του καιόμενου θυμιάματος.

**γ)** Δηλώνουμε την πρόθεσή μας και ζητούμε από το Πνεύμα, με όλη τη Δύναμη του ΕΙΝΑΙ μας, όσα συμβολίζουν ο φάκελος και τα περιεχόμενά του, να καθαριστούν και να εξαγνιστούν ολοκληρωτικά από κάθε αρνητικότητα, από κάθε ανεπιθύμητη ενέργειά μας κατάστασης φωτογραφίας Α, και να απελευθερωθεί η κατάσταση φωτογραφίας Β, στο έπακρο μέσα μας!

**δ)** Κατόπιν, προχωρούμε στις διαδικασίες της ψυχικής γομολάστιχας του φακέλου, κατά τα ήδη γνωστά!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3ο

### Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ – ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΜΕ ΤΟ ΣΥΡΡΑΠΤΙΚΟ ΜΗΧΑΝΗΜΑ

Αυτή έχει ως εξής:

Παίρνετε ένα φύλλο χαρτιού και σχεδιάζετε πάνω σε αυτό πρόχειρα εντελώς, συμβολικά – σχηματικά τα πρόσωπα όλων όσων σας έχουν στεναχωρήσει, πικράνει, εξοργίσει, αδικήσει, πονέσει κλπ μέχρι ΤΩΡΑ! Κάτω από κάθε πρόσωπο γράφετε το όνομά του!

- Αρχίζετε από την μητέρα σας, τον πατέρα σας, τα αδέρφια σας, όλους τους συγγενείς που σας στεναχώρησαν, τους δασκάλους σας, τους καθηγητές σας, τους συμμαθητές που σας ενόχλησαν, τους προϊσταμένους σας, τις ερωμένες σας ή τους εραστές που σας πλήγωσαν και όλους τους λοιπούς ανθρώπους που σας έχουν βλάψει, συμπεριλαμβανομένων των συζύγων και των παιδιών σας! Οποσδήποτε θα συμπεριλάβετε και τον εαυτό σας, για να διαλύονται και τα αυτοπαθή προγράμματα κατάστασης φωτογραφίας Α που έχετε μέσα σας!

- Κατόπιν, παίρνετε ένα συρραπτικό μηχάνημα και αρχίζετε να προσβάλλετε με αυτό, δηλαδή να συρράπτετε – τρυπάτε με τους συνδετήρες του όλα τα σχεδιασμένα πρόσωπα και τα ονόματά τους, με έμφαση στα μάτια τους και στο στόμα τους! Γιατί αυτά; Δείτε παρακάτω την απάντηση.

- Παράλληλα, κατά την διαδικασία λέτε: «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε ή μου κάνετε! Σεις παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε που ήμουν αδύναμο παιδί και άλλα τα ΤΩΡΑ, που είμαι ικανός ενήλικος! Άρα, είναι ΜΙΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Έχω την ευκαιρία να ξεσπάσω, να αδειάσω τον πόνο, την αγανάκτηση, τον θυμό από μέσα μου, ώστε να πάψω να συντηρώ τα παλαιά προγράμματα φωτογραφίας Α μέσα μου! ΟΧΙ άλλη συμπίεση σε βάρος μου! Γίνεται απόδοση δικαιοσύνης συμβολικά, για να φύγει από πάνω μου το βάρος του παρελθόντος! Αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου, να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια της ζωής! Την εξουδετερώνω και προχωρώ ελεύθερος/η από εσάς και εσείς από εμένα»!

- Ακολούθως λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....» και όταν τούτο ολοκληρωθεί, κατόπιν λέτε την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι! Τέλος, λέτε τον Νόμο της Αποδοχής καθώς προείπαμε ήδη!

Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

- Συνεχίζετε όλη αυτή την ψυχική γομολάστιχα μέχρι να ηρεμήσετε ή να νιώσετε καλύτερα!

- Αυτή η ψυχική γομολάστιχα μπορεί να εξασκείται παντού και πάντοτε, λόγω

της μεγάλης ευκολίας με την οποία πραγματοποιείται! πχ στη δουλειά, ή σε ταξίδι κλπ. Επίσης, μπορεί να χρησιμοποιείται από μικρά παιδάκια τα οποία δυσκολεύονται με τις άλλες ψυχικές γομολάστιχες, προηγούμενες ή επόμενες! Αν θέλετε, μπορείτε να κάψετε το χαρτί που χρησιμοποιήθηκε κατά τα γνωστά, μετά την διαδικασία της χρήσης του συρραπτικού! Όμως, να αποφύγετε να ρίξετε τις στάχτες του στην αποχέτευση, διότι περιέχουν τις μεταλλικές βελόνες του συρραπτικού μηχανήματος. Έτσι, μπορεί να γίνει ζημιά στην αποχέτευση, εξαιτίας των μεταλλικών βελονών! Τέλος, σας λέγω ότι μπορείτε να πραγματοποιήσετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα νοερά, με τη φαντασία σας, οραματικά, όταν δεν είναι αντικειμενικά εφικτό να την κάνετε πραγματικά!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4ο**

### **ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ – Η ΚΟΥΖΙΝΑ ΣΑΣ ΩΣ ΣΥΣΤΗΜΑ ΨΥΧΙΚΩΝ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΩΝ**

#### **Εισαγωγή**

Όλα ξεκινούν από τις εμπειρίες του εμβρύου μέσα στη μήτρα, εκεί όπου το έμβρυο αποκτά αντίληψη του εαυτού του και του περιβάλλοντος χώρου, όπως και των εκεί παρουσιών, εγγράφοντας στη μνήμη του – μαθαίνοντας – συνηθίζοντας με τη μορφή οργανωτικών προτύπων – δυναμικών στερεοτύπων σχέσεις χώρου, μορφής και λειτουργίας! Συγκεκριμένα το έμβρυο αντιλαμβάνεται και εσωτερικεύει τη σχέση του με τον ομφάλιο λώρο του (ομφαλίδα). Εάν η ομφαλίδα του είναι ανεπαρκούς μήκους, το έμβρυο δυσκολεύεται να τραφεί, άρα και να αναπτυχθεί! Αυτό εγγράφει στη μνήμη του τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις που το επηρεάζουν αρνητικά εφ' όρου ζωής του, δηλαδή διαμορφώνονται οργανωτικά πρότυπα στη λειτουργία του εγκεφάλου του!

▪ Εάν η ομφαλίδα είναι περιελιγμένη στο έμβρυο, το έμβρυο αισθάνεται τούτο σαν μαστίγωμα, τόσο οδυνηρό είναι! Αυτό επίσης εγγράφει τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις ως οργανωτικά πρότυπα λειτουργίας του εγκεφάλου του! Η σύσταση της ομφαλίδας από δύο αρτηρίες και μία φλέβα βιώνεται επίσης και ενσωματώνεται στις αναμνήσεις που διατηρεί το έμβρυο από τη σχέση του με την ομφαλίδα του.

▪ Η σχέση του εμβρύου με την ομφαλίδα του εξελίσσεται κατά την μεταγενέθλια ζωή στη σχέση του παιδιού και μετέπειτα ενηλίκου με το φαλλικό σχήμα! Το φαλλικό σχήμα είναι το κάθε επίμηκες σχήμα. Αυτό σχετίζεται με το σχήμα του αρσενικού γεννητικού οργάνου, τόσο του πατέρα του όσο και του δικού του. Άρα, το φαλλικό σχήμα συμβολίζει τον πατέρα, το κάθε αρσενικό, και στο βάθος την ομφαλίδα! Η σχέση δηλαδή με τον πατέρα και με όλους τους αρσενικούς, π.χ. τους αδελφούς, ανάγεται στη σχέση με την ομφαλίδα! Η απορριπτική – θυμωμένη ομφαλίδα βιώνεται ως πολύ σκληρή και οδυνηρή πίεση πάνω στην υπερευαίσθητη σάρκα του εμβρύου! Η εμπειρία αυτή γεμίζει το έμβρυο στα θεμέλια της προσωπικότητάς του με μαύρη – σκοτεινή ενέργεια άρνησης ζωής (κατάσταση φωτογραφίας Α)! Η αρνητική αυτή, μαύρη, ενέργεια καθαρίζεται

οραματικά όταν δούμε το έμβρυο που υπήρξαμε να φωτίζεται με θεϊκό θεραπευτικό Φως ως εξής: πρώτον με ιόχρουν Φως, δεύτερον με Φως ενεργείας Αγάπης ροζ με χρυσές προσμίξεις, τρίτον με σμαραγδένιο Φως της θεραπείας υπό του ΑΑ Ραφαήλ, τέταρτον με λαμπρό, λευκό Φως της θεϊκής θεραπείας και πέμπτον με λαμπρό χρυσό Φως της θεραπείας! Επίσης οραματίζεστε ότι γεμίζετε τον σάκο με το αμνιακό υγρό με άφθονο Αγιασμό και ανθόνερο – ροδόνηρο!

Τώρα θα μιλήσουμε αναλυτικότερα για τη σχέση του εμβρύου με την σκληρή και οδυνηρή γι' αυτό απορριπτική – θυμωμένη ομφαλίδα του! Η σχέση αυτή διαμορφώνει ένα οργανωτικό πρότυπο σχέσεων σκληρότητας, η οποία εκφράζεται κατά τις ερωτικές ή γαμήλιες σχέσεις:

- ⊙ Στις γυναίκες τυχαίνουν όλο άντρες που τους φέρονται με σκληρότητα!
- ⊙ Στους άντρες τυχαίνουν όλο πατέρες ή εργοδότες που τους φέρονται με σκληρότητα!

Πρόκειται για έκφραση του νόμου που λέγει ότι: το έξω αντικαθρεπτίζει το μέσα! ΟΛΑ ΑΥΤΑ, ΜΕΣΑ ΣΤΑ ΠΛΑΙΣΙΑ ΤΟΥ ΕΥΡΥΤΕΡΟΥ ΝΟΜΟΥ ΤΟΥ ΚΑΡΜΑ!

Εξυπακούεται ότι τα άτομα αυτά, τόσο τα θηλυκά, όσο και τα αρσενικά έχουν και πρόβλημα με τη σχέση τους με τον Ουράνιο Πατέρα του Φωτός! Επίσης, έχουν πρόβλημα με τη σχέση τους με την αρσενική τους ενέργεια – αρχή, μέσα τους. Η ψυχοθεραπεία σε όλα αυτά επιτυγχάνεται με τις σχετικές, ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, πραγματικές αλλά και νοερές – οραματικές καθώς μόλις σας προανέφερα!

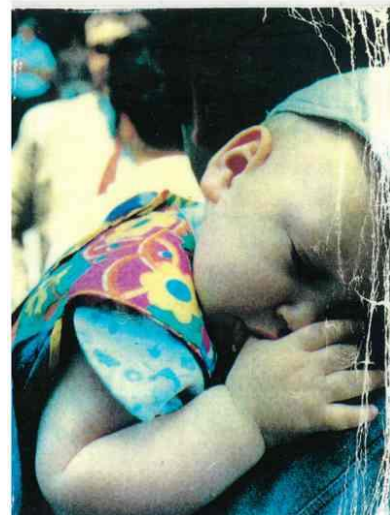
Επίσης, οραματικά μπορεί να γίνονται και τα εξής: όταν ο ομφάλιος λώρος είναι σκληρός, τότε και η αρσενική ενέργεια του ατόμου είναι σκληρή καθώς προείπαμε! ΤΟ ΑΝΤΙΔΟΤΟ είναι το εξής: χαϊδεύεται τρυφερά τον λώρο, οραματικά – νοερά, με τα μάτια της φαντασίας σας! Έτσι ώστε να γίνει τελικά ο λώρος απαλός σαν βελούδο!

▪ Τα έμβρυα σχηματίζουν εικόνα του εαυτού τους, όσον αφορά τα επιμήκη μέρη του σώματός τους, βάσει της σχέσης τους με την επιμήκη ομφαλίδα τους, π.χ. εικόνα του λαιμού τους, εικόνα της γλώσσας του στόματός τους, εικόνα των χεριών τους, εικόνα των ποδιών τους, εικόνα του εντέρου τους!

▪ Σημειωτέον ότι η θηλή του μαστού της μητέρας τους ανάγεται από τα θηλάζοντα στο επίμηκες – φαλλικό σχήμα. Σημειωτέον επίσης, ότι το έμβρυο έχει το επίμηκες, μεγάλο δάκτυλό του στο στόμα του! Δείτε το σχετικό σχήμα.

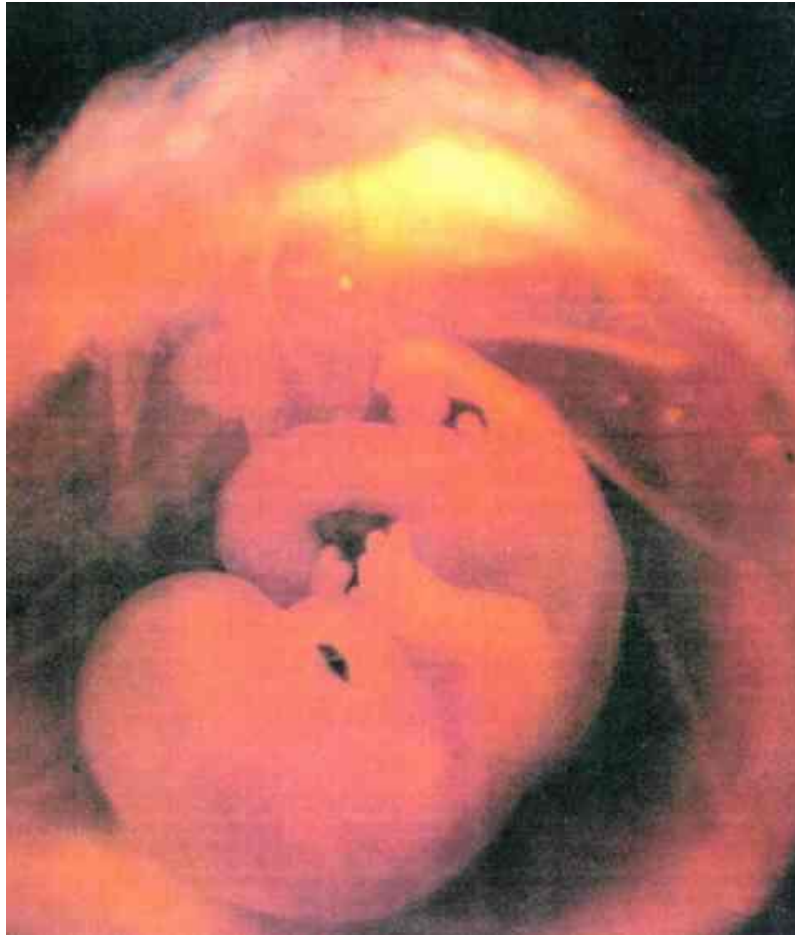


Έμβρυο με το δάκτυλο στο στόμα. Αυτό συνεχίζεται εξωμητρίως.





▪ Το έμβρυο εγγράφει επίσης σχέσεις χώρου και μορφής με τον πλακούντα του, όπου αποτυπώνει στη μνήμη του το σύνολο του πλακούντα σαν ανοιχτή ομπρέλα σε κατά μέτωπο σχέση μαζί της ή σε ομπρέλα σε πλάγια σχέση μαζί της! Οι αρτηρίες και οι φλέβες της επιφάνειας του πλακούντα σχηματίζουν προεξοχές στην επιφάνεια του πλακούντα, τις οποίες το έμβρυο εγγράφει μνημονικά και αντιστοιχούν στις μεταλλικές ακτίνες της πραγματικής, ανοιχτής ομπρέλας! Δείτε τη σχετική εικόνα με όλα αυτά.



Εικόνα πλακούντα με ακτίνες

▪ Όσοι είχαν ισχυρό βίωμα θυμωμένης – απορριπτικής μήτρας συνήθως έχουν κάκιστη σχέση με την ομπρέλα τους και κατά συνέπεια την χάνουν επανειλημμένως! Επίσης, πολλοί άνθρωποι από αυτούς φοβούνται ότι οι μεταλλικές ακτίνες της ομπρέλας θα μπουν στα μάτια τους και γι' αυτό αποφεύγουν να έχουν και να κρατούν ομπρέλα! Δείτε σχετικά στο αντίστοιχο κεφάλαιο με τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη, παρακάτω.

▪ Επίσης οι αρτηρίες και οι φλέβες της επιφάνειας του πλακούντα σχηματίζουν προεξοχές στην επιφάνεια του πλακούντα, τις οποίες το έμβρυο εγγράφει μνημονικά. Το έμβρυο αντιλαμβάνεται συνολικά αυτή την εικόνα και σαν τα πλοκάμια ενός χταποδιού που το περιβάλλουν και το περισφίγγουν

οδυνηρότατα, όπως συμβαίνει και με το βίωμα της απορριπτικής (θυμωμένης) μήτρας. Δείτε σχετικά στο αντίστοιχο κεφάλαιο με τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη, παρακάτω.

- Τέλος, το έμβρυο αποκτά αντίληψη της κοιλότητας της μήτρας που αντιστοιχεί στο αιδοϊκό (θηλυκό) σύμβολο κατά την μεταγενέθλια ζωή. Άρα, η σχέση με την μητέρα και με τα θηλυκά γενικότερα (πχ αδελφές) ανάγεται στη σχέση με την κοιλότητα της μήτρας και με τον γεννητικό σωλήνα!
- Όταν το έμβρυο απορρίπτεται από την θυμωμένη μήτρα – ομφαλίδα έχει μεταξύ άλλων και την φρικαλέα αίσθηση ότι του αφαιρούν βίαια το δέρμα του, ότι δηλαδή το γδέρνουν! Τούτο παρατηρείται συνήθως όταν ο γεννητικός σωλήνας «στεγνώνει» λόγω της παράτασης του τοκετού.
- Η περιελιγμένη ομφαλίδα στο έμβρυο βρίσκει το ισοδύναμό της στο φάσκιωμα κατά την μεταγενέθλια ζωή! Γι' αυτό, η αποφυγή του φασκιάματος **ΕΝΔΕΙΚΝΥΤΑΙ ΑΠΟΛΥΤΩΣ!** Η περιελιγμένη ομφαλίδα αφήνει στο έμβρυο, μεταξύ άλλων, και την αίσθηση ότι μία λουρίδα στην πλάτη του το μαστίζει – το μαστιγώνει! Τέλος, η περιελιγμένη ή η κοντή σε μήκος ομφαλίδα προκαλεί δυσχέρεια ανάπτυξης του εμβρύου!

Σημείωση: Η περιελιγμένη ομφαλίδα ή το φάσκιωμα φαίνονται άμεσα κατά την γραφολογική μελέτη της υπογραφής του πάσχοντος – θεραπευόμενου!

Σας προτείνω να κάνετε οραματικά τρυφερή μεταχείριση της ομφαλίδας και της φασκιάς (π.χ. ότι τις χαϊδεύετε τρυφερά), ούτως ώστε να γίνουν απαλές και τρυφερές σαν βελούδο! Έτσι, επιτυγχάνεται **ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ** και **ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΗ!** Η σκοτεινή σκιά μας (οι καταστάσεις φωτογραφίας Α μέσα μας) είναι μέρος μας και χρειάζεται να την αποδεχτούμε και να την απελευθερώσουμε με **ΑΓΑΠΗ!**

## **ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ, ΟΛΟ ΤΟ ΜΑΓΕΙΡΕΙΟ ΣΑΣ, Η ΚΟΥΖΙΝΑ ΣΑΣ ΚΑΙ ΟΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΕΣ ΤΗΣ ΩΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ**

Στην κουζίνα, από την φύση της λειτουργίας της, γίνονται πλυσίματα, ξυσίματα, τρυπήματα, τεμαχίσματα, συνθλίψεις, καψίματα, βρασίματα, τηγανίσματα, ψησίματα και όλα τα σχετικά! Επίσης, συμβαίνει σε αυτήν η μετουσίωση των ωμών ακατέργαστων τροφών σε περίτεχνα μαγειρικά πιάτα = δημιουργικότητας = η κατάσταση φωτογραφίας Β αντιρροπεί την κατάσταση φωτογραφία Α μέσα μας, δηλαδή ενεργοποιείται η ανακουφιστική λειτουργία της εξισορροπήσης! Έτσι, **ΠΡΟΚΕΙΤΑΙ ΓΙΑ ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ!** Όλα αυτά ισχύουν οπωσδήποτε και για τα κρέατα που μαγειρεύονται στην κουζίνα σας, βραστά, ψητά, τηγανιτά! Περιπτεύει να σας πω ότι εξυπακούεται το μάσημά τους! Για περισσότερα ως προς το μάσημα, δείτε αναλυτικά παρακάτω στις διάφορες σχετικές ψυχικές γομολάστιχες! Για τον λόγο αυτόν, πολλοί άνθρωποι ωθούνται ασυνείδητα – υποσυνείδητα (από υποσυνείδητη επιλογή) να **ΓΙΝΟΥΝ ΜΑΓΕΙΡΕΣ!** Επίσης, πολλοί άνθρωποι αισθάνονται καλύτερα (ευχάριστα) όταν μαγειρεύουν, όπου καίνε και καίγονται όταν μαγειρεύουν! Για όλους τους λόγους που σας είπα, για πολλούς ανθρώπους το μαγείρεμα είναι μία μεγάλη και αναγκαία

ευχαρίστηση! Η μαγειρική ως δημιουργική διέξοδος! Ορισμένοι άνθρωποι αισθάνονται ακίνδυνο νευρωσικό πόνο στο στήθος τους, στην καρδιά τους, όταν τσιγαρίζουν στο μαγειρείο τους! Πρόκειται για θεραπευτική αντίδραση του οργανισμού στην επιτελούμενη ψυχική γομολάστιχα! Η μαγειρική σύμφωνα με τα παραπάνω, είναι μεγάλη χαλάρωση και ευχαρίστηση, διότι διαλύει ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Α, οπότε αυτομάτως ενισχύεται η ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Β! Όταν δηλαδή εξασθενεί ο κλέφτης, δυναμώνει ο νοικοκύρης! Επίσης, ο νοικοκύρης δυναμώνει και ενεργητικά μέσω της δημιουργικότητας, κατά το μαγείρεμα (η μαγειρική ως δημιουργική διέξοδος)! Έτσι, προκύπτει αποκατάσταση του αρχικού κάλλους (φωτογραφίας Β), δηλαδή λειτουργεί ΛΕΥΚΗ ΜΑΓΕΙΑ = ιατρική θεραπεία = Θεουργία!

- Ομοίως λειτουργούν και τα εξής επαγγέλματα: ψήστης, μάγειρας, φλογοκόπτης, οξυγονοκολλητής, ηλεκτροσυγκολλητής, πυροσβέστης, πυροτεχνουργός, κατασκευαστής ή χειριστής πυροτεχνημάτων, όλα τα μεταλλουργικά επαγγέλματα κλπ. Όλοι αυτοί οι άνθρωποι επιλέγουν το επάγγελμά τους καθοδηγούμενοι υποσυνείδητα – ενστικτωδώς από τον αυτοθεραπευτικό τους μηχανισμό (η σιμασία της υποσυνείδητης επιλογής)!

- Επειδή χρειάζεται να απενοχοποιήσουμε τη γλώσσα του σώματος-σήματος από την τοξική – οδυνηρή του σχέση με τον ομφάλιο λώρο (ομφαλίδα) αφενός και την θυμωμένη μήτρα αφετέρου, χωρίζουμε τις ψυχικές γομολάστιχες σε 2 ομάδες: *πρώτον* τις σχετιζόμενες με το φαλλικό σχήμα (σύμβολο) του αρσενικού, δηλαδή του πατέρα και των αρσενικών αδελφών, του παππού κλπ. *Δεύτερον* με το αιδοϊκό σχήμα (σύμβολο) του θηλυκού, δηλαδή της μήτρας-μητέρας, των θηλυκών αδελφών, της γιαγιάς κλπ.

### **ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΦΑΛΛΙΚΟΥ ΣΥΜΒΟΛΟΥ**

Το φαλλικό σύμβολο, δηλαδή η ομφαλίδα (ομφάλιος λώρος) προγενεθλώς, ο πατέρας και τα λοιπά αρσενικά, όπως και η φασκιά μεταγενεθλώς, εκπροσωπείται, αναπαριστάνεται συμβολικά από τα εξής φρούτα και λαχανικά: το αγγούρι, το καρότο, το επίμηκες κρεμμύδι, το πράσο, την μπανάνα, το επίμηκες κολοκύθι, την επιμήκη μελιτζάνα, την επιμήκη γλυκοπατάτα, την φρατζόλα του ψωμιού, τις μεγάλες επιμήκεις κόκκινες και κίτρινες πιπεριές!

Λοιπόν, ενεργείτε ως εξής:

- Παίρνετε ένα αγγούρι και το ξεφλουδίζετε με ένα μαχαίρι ή ξύνετε την φλούδα του με ένα τρίφτη ή ξύστη της κουζίνας. Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου, το οποίο αισθάνεται ότι το γδέρνουν! Το έμβryo θέλει να ανταποδώσει τα ίδια, αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα!

- Ακολουθως, τρυπάτε το αγγούρι με μία καρφίτσα ή με μία πρόκα ή με ένα μυτερό μαχαίρι! Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου, ότι δηλαδή το τρυπάνε πυρωμένα καρφιά! Το έμβryo θέλει να ανταποδώσει τα ίδια (the revenge machine), αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα! Όμως, κρατάει το βίωμα και το στρέφει ενάντια στον εαυτό του!

- Ακολουθως, τεμαχίζετε με ένα μαχαίρι το αγγούρι! Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το τεμαχιστικό βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου! Το έμβρυο θέλει να ανταποδώσει τα ίδια, αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα!

- Ακολουθως, μασάτε τεμάχια του τεμαχισμένου αγγουριού! Δεν είναι ανάγκη να τα καταπιείτε, αν δεν θέλετε! Το μάσημα είναι αρκετό, μετά φτύστε τα! Μπορείτε επίσης να δαγκώσετε ολόκληρο αγγούρι και να μασήσετε τα δαγκωμένα κομμάτια! Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου, ότι δηλαδή βρίσκεται σε ένα στόμα που το μασάει και το κατασπαράζει! Το έμβρυο θέλει να ανταποδώσει τα ίδια, αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα!

- Ακολουθως, παίρνετε ένα καινούριο αγγούρι και το συνθλίβετε με μία πένσα ή ένα σφυρί! Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου από την ομφαλίδα, ότι δηλαδή η ευαίσθητη σάρκα του εμβρύου πλήττεται και συνθλίβεται!

- *Παραλλαγή στο ίδιο θέμα:* τοποθετείτε το αγγούρι στο blender και κατόπιν θέτετε το blender σε λειτουργία!

- Ακολουθως, παίρνετε ένα καινούριο αγγούρι και το τοποθετείτε μέσα σε ένα άδειο πήλινο δοχείο από γιαούρτι, έχοντας κόψει το αγγούρι έτσι ώστε να χωράει σε αυτό!

- Ακολουθως, προσθέτετε πράσινο οινόπνευμα στο δοχείο και το ανάβετε έτσι ώστε να παραχθεί φλόγα που θα καίει για 2'-3'.

- Το αγγούρι όπως και τα υπόλοιπα φρουτολαχανικά δεν καίγονται, αλλά είναι θεραπευτικό να τα βλέπετε μέσα στις φλόγες! Τούτο διότι έτσι, αναπαριστάται συμβολικά το καυστικό βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου! Δείτε την σχετική εικόνα με τον άνθρωπο μέσα στις φλόγες, που σας έχω παραθέσει στα προηγούμενα!

- Κατά την διάρκεια των επιμέρους φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με τα φρουτολαχανικά θα λέτε: «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε ή μου κάνετε! Σεις παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε που ήμουν αδύναμο παιδί και άλλα τα ΤΩΡΑ, που είμαι ικανός ενήλικος! Άρα, είναι ΜΙΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Έχω την ευκαιρία να ξεσπάσω, να αδειάσω τον πόνο, την αγανάκτηση, τον θυμό από μέσα μου, ώστε να πάψω να συντηρώ τα παλαιά προγράμματα φωτ/φίας Α μέσα μου! ΟΧΙ άλλη συμπίεση σε βάρος μου! Γίνεται απόδοση δικαιοσύνης συμβολικά, για να φύγει από πάνω μου το βάρος του παρελθόντος μου! Αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου, να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια της ζωής! Την εξουδετερώνω και προχωρώ ελεύθερος/η. Είμαι πλέον ελεύθερος/η και είστε πλέον ελεύθεροι από το βάρος του παρελθόντος!»! Έτσι, διορθώνεται η ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΚΟΤΗΤΑΣ που

παρατηρείται στη νεύρωση και όχι μόνον!

- Συνεχίζετε με το «ευλογώ και φωτίζω.....» και κατόπιν με την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι! Τέλος, λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, καθώς προείπαμε ήδη! Η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

Γενική οδηγία: η ικανοποίηση που θα σας φέρνει το καινούριο, θα είναι ο οδηγός σας κατά την προσπάθειά σας για αυτογνωσία και αυτοθεραπεία, ΜΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ!

• Οι ψυχικές γομολάστιχες αποδίδουν καλύτερα όταν τις ανακυκλώνετε περιοδικά στην εφαρμογή τους ανά τακτό και εύλογο χρονικό διάστημα!

- Κατά τη διάρκεια των καύσεων των διαφόρων συμβόλων, να λέγονται τα εξής λόγια της φωτιάς - καύσης: «Όπως καίγεται η φωτιά καίγονται όλα τα αρνητικά μου! Με τον τρόπο αυτό καίγονται όλες οι τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις μου, όλες οι καταστάσεις άρνησης ζωής μέσα μου, όλοι οι σπόροι του «κακού» μέσα μου, δηλαδή όλες οι καταστάσεις φωτογραφίας Α μέσα μου! Όλες αυτές τις καταστάσεις τις καίω, τις μετουσιώνω, τις αποδομώ και τις ανασυνθέτω σε Αγάπη προς εαυτόν και αλλήλους»! Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία!

• Όσοι έχουν καυστική ή δηκτική γλώσσα, πχ δημοσιογράφοι, πολιτευόμενοι, έχουν συνήθως στο ιστορικό τους καυστικό βίωμα απορριπτικής μήτρας, κατασπαρακτικό βίωμα απορριπτικής μήτρας και ψυχικές καθλώσεις στη δηκτική ή καταβροχθιστική ή καννιβαλιστική φάση του θηλασμού! Για τους ανθρώπους αυτούς, οι ψυχικές γομολάστιχες που αναφέρονται εδώ, είναι συνήθως πολύ ανακουφιστικές!

• ΣΕ ΟΛΑ ΤΑ ΑΛΛΑ ΦΡΟΥΤΟΛΑΧΑΝΙΚΑ ΠΟΥ ΣΑΣ ΑΝΕΦΕΡΑ, ΚΑΝΕΤΕ ΤΑ ΙΔΙΑ ΑΚΡΙΒΩΣ με εκείνα στο αγγούρι.

Συνεχίζετε με το «σας κάνω ό,τι μου κάνατε.....», μετά με το «ευλογώ και φωτίζω.....» και τέλος με την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι! Ολοκληρώνετε λέγοντας τον Νόμο της Αποδοχής. Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

Την ώρα των καύσεων θα λέτε απαραίτητα τα γνωστά ήδη λόγια της φωτιάς – της καύσης.

Σημειώσεις: Το καρότο, όταν του κάνετε όσα και όποια στο αγγούρι, μπορεί να αποδειχθεί πολύ πιο απελευθερωτικό, διότι έχει χρώμα που θυμίζει εκείνο του περιβάλλοντος της μήτρας, δηλαδή του βλεννογόνου της! Άρα, η αναπαράσταση είναι ακριβέστερη, άρα και αποτελεσματικότερη! Για τον ίδιο λόγο, μπορεί να προβληθεί και ισχυρότερη αντίσταση στην εφαρμογή αυτής της

ψυχικής γομολάστιχας! Οπότε, σφίγγετε τα δόντια, κινητοποιείτε όλη την βούλησή σας και κάνετε Συνειδητή Λογική διαχείριση, για να εφαρμόσετε την εν λόγω ψυχική γομολάστιχα! Μπορείτε επίσης να τοποθετήσετε στο blender τόσο το καρότο, όσο και το αγγούρι! Αν το ξύσιμο με τον τρίφτη ή τον ξύστη της κουζίνας παράγει μεγάλη ανακούφιση, τότε δίνετε έμφαση σε αυτό το μέρος της ψυχικής γομολάστιχας, χωρίς όμως να παραμελήσετε τα υπόλοιπα μέρη! Βλέπετε λοιπόν, ότι όταν φτιάχνετε καροτοσαλάτα είναι πολλαπλώς θεραπευτικό!

- Όσον αφορά τα επιμήκη λαχανικά, τις μελιτζάνες και τα κολοκύθια, μπορείτε να τους κάνετε εκσπλάχνωση (αφαίρεση του εσωτερικού τους) με ένα κουτάλι, όπως όταν μαγειρεύετε γεμιστά! Έτσι, ΑΠΟΤΑΥΤΙΖΕΣΤΕ από τον πατέρα σας, τον παππού σας, τον μεγαλύτερο αδελφό σας και όποιον άλλο αρσενικό, δηλαδή τον αφαιρείτε από μέσα σας στο πεδίο της προσωπικότητας – χαρακτήρα σας!

- Το πράσο, ομοίως έχει πολύ μεγάλη θεραπευτική δύναμη, διότι το πάχος του και η σκληρότητά του μοιάζουν με εκείνα του ομφάλιου λώρου (ομφαλίδας). Επειδή το πράσο είναι δύσγευστο, δεν χρειάζεται να το μασήσετε, είναι αρκετά τα υπόλοιπα που θα του κάνετε! Φυσικά, προηγουμένως θα του έχετε αφαιρέσει τα φύλλα του. Επίσης, όταν θα το βάλετε στις φλόγες, να το έχετε κόψει σε κομμάτια που χωρούν στο πήλινο δοχείο, όπου θα γίνει η καύση τους!

Το πράσο και τα υπόλοιπα φρουτολαχανικά δεν καίγονται, αλλά είναι πολύ θεραπευτικό – ιαματικό, να βλέπετε αυτά μέσα στις φλόγες! Ιδιαίτερα στο πράσο, δοκιμάστε την σύνθλιψή του με πλήγματα από σφυρί! Έτσι, μπορεί να διαπιστώσετε ότι η ανακούφιση είναι πολύ μεγαλύτερη, διότι απελευθερώνεται – εκφορτίζεται μεγάλη ποσότητα συγκρατημένου θυμού μέσα σας, η οποία σας αδειάζει από ενέργεια!

- Στις επιμήκεις γλυκοπατάτες κάνετε τα ίδια.

- Στις μπανάνες κάνετε ό,τι και στα προηγούμενα φρουτολαχανικά!

- Στις επιμήκεις μελιτζάνες, αλλά και στις φλάσκες προστίθεται και η δυνατότης να αφαιρείται το εσωτερικό τους, πράγμα που αντιστοιχεί συμβολικά με το οδυνηρό αίσθημα εκσπλάχνωσης που έχει το έμβρυο όταν απορρίπτεται από την ομφαλίδα – μήτρα του, ιδίως στην περιοχή της κοιλιάς του, όπου η ομφαλίδα εισέρχεται μέσα του! Το βίωμα αυτό είναι πικρό και οδυνηρό σαν το θάνατο!

Παρεμπιπτόντως, τα ίδια ισχύουν όταν αφαιρείτε το εσωτερικό μίας τομάτας ή μίας πιπεριάς (κόκκινης ή κίτρινης) για να φτιάξετε αντίστοιχα τομάτες ή πιπεριές γεμιστές. Όταν εκσπλαχνώνουμε την τομάτα ή την μελιτζάνα (φλάσκα κυρίως) ή το κολοκύθι, τότε αφαιρούμε – βγάζουμε συμβολικά από μέσα μας την προσωπικότητα της μητέρας μας και του πατέρα μας ή της γιαγιάς και του παππού μας (των «σημαντικών άλλων» εν γένει). Αποταυτιζόμαστε δηλαδή, από αρνητικά πρότυπα τα οποία έχουμε εσωτερικεύσει (έχουμε κάνει δικά μας) σαν παιδιά, μέσω της αυτόματης υπακοής και της συμπάσχουσας ταύτισης – μίμησης – συμμόρφωσης! Οπότε, διευκολυνόμαστε να έχουμε την φυσική σχέση Αγάπης που χρειαζόμαστε με τους γονείς μας, αλλά και με τον εαυτό μας! Το ίδιο ισχύει, όταν εκσπλαχνώνουμε αβοκάντο για να το φάμε!

**Σχόλιο ουσίας:** με αυτή την εξειδικευμένη δράση των ψυχικών γομολαστίχων, αλλά και με τη δράση όλων των ψυχικών γομολαστίχων, γενικά ξεριζώνουμε από μέσα μας άχρηστα κομμάτια του εαυτού μας, νοσηρά και ενοχλητικά κομμάτια του εαυτού μας, δηλαδή καταστάσεις φωτ/φίας Α μέσα μας, που αποτελούν μέρη του εσωτερικού μας δολιοφθορέα (σαμποτέρ)!

▪ Οι άνθρωποι της οικογένειάς μας που εσωτερικεύουμε όταν είμαστε παιδιά, συνήθως μας κρατούν πίσω όταν είμαστε ενήλικοι! Επίσης, δεν αφήνουν τα παιδιά να μεγαλώσουν ψυχικά, ιδίως αν χρησιμοποιούν πολλά «μη» και «πρέπει» κατά τη διάρκεια της ανατροφής τους!

▪ ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΗ: η ψυχική γομολάστιχα συμπληρώνεται με ψήσιμο της γεμιστής τομάτας, της μελιτζάνας (φλάσκας και επιμήκους), της κόκκινης, πορτοκαλί και κίτρινης πιπεριάς, καθώς και των γεμιστών κολοκυθιών στο φούρνο. Επίσης, οι τομάτες, οι πατάτες ή οι γλυκοπατάτες, οι μελιτζάνες, οι πιπεριές και τα κολοκύθια μαγειρεύονται, τηγανίζονται και τρώγονται. Τέλος, μπορείτε να κάνετε παρόμοια στα κοκκινογούλια, κοινώς παντζάρια.

**ΝΑ ΘΥΜΑΣΤΕ ΟΤΙ:** η ψυχική και σωματική υγεία μας βασίζεται σε ωφέλιμους συνταίριασμούς (θετικούς συμβιβασμούς) ανάμεσα σε αντίθετες δυνάμεις και στην ευελιξία αυτών των συνταίριασμών! Το κατάλληλο είναι: ΟΧΙ ΣΤΗΝ ΠΑΓΙΩΣΗ απόλυτων διαχωρισμών!

▪ Τα συνειδησιακά εργαλεία και οι ψυχικές γομολάστιχες που σας δίνω, αποκαθιστούν την ευελιξία των συνταίριασμών – συμβιβασμών, που σας προανέφερα. Επίσης, βοηθούν τους ανθρώπους να διαβιώνουν μέσα στις αντιξοότητες της ζωής ΧΩΡΙΣ ΝΑ ΠΑΡΑΦΡΟΝΟΥΝ!

*Σημείωση:* αν δεν είναι εφικτό αντικειμενικά να κάνετε πραγματικά τις ψυχικές γομολάστιχες, μπορείτε να τις κάνετε νοερά, οραματικά, με την φαντασία σας! Μπορεί να διαπιστώσετε ότι προκύπτει ανακουφιστικό αποτέλεσμα!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΛΟΥΚΑΝΙΚΟ**

Αυτή δεν υπάγεται στα φρουτολαχανικά, όμως αναφέρεται στο φαλλικό σχήμα της ομφαλίδας, στη σύστασή της από σάρκα και στο χρώμα της όπως το λουκάνικο. Η ψυχική γομολάστιχα με το λουκάνικο αποτελείται από όλα τα μέρη που αναφέρθηκαν στο επίμηκες – φαλλικό σχήμα, πχ το αγγούρι ή το καρότο κλπ. Έχει πολύ μεγάλη δύναμη λόγω της ομοιότητας του λουκάνικου με την πραγματική ομφαλίδα! Για τον ίδιο λόγο, μπορεί να προβληθούν ισχυρές αντιστάσεις ή να εκδηλωθούν ισχυρές θεραπευτικές αντιδράσεις κατά την εφαρμογή της! Οπότε, σφίγγετε τα δόντια, επιστρατεύετε όλη τη βούλησή σας και κάνετε συνειδητή Λογική διαχείριση, εφαρμόζοντας την εν λόγω ψυχική γομολάστιχα! Έτσι, θα επικρατήσετε εσείς και όχι ο εσωτερικός σας δολιοφθορέας! Επιπλέον, μπορείτε να κάνετε τη διαδικασία συν-χώρεσης σε αυτές τις αντιστάσεις!

- Παρεμπιπτόντως: τα ίδια ισχύουν για όλες τις ψυχικές γομολάστιχες!
- Τέλος, εκτός από το κάψιμο του λουκάνικου, μπορείτε να το ψήσετε στο τηγάνι ή στα κάρβουνα ή να το βράσετε σε βραστό νερό. Μετά το μασάτε και το τρώτε ή το φτύνετε αν δεν σας αρέσει! Η διαδικασία με το βράσιμο παραπέμπει και στο βίωμα βρασμού που έχει το έμβρυο μέσα στην απορριπτική - θυμωμένη μήτρα. Επίσης, παραπέμπει στο βίωμα του εμβρύου ότι είναι μέσα σε ένα στόμα που το μασάει!
- Άρα, όλη η μαγειρική που αναφέρεται σε βράσιμο, τηγάνισμα ή ψήσιμο στο φούρνο, μπορεί να γίνεται ψυχική γομολάστιχα με την προσθήκη των φράσεων που έχουμε προαναφέρει, έτσι ώστε να επιτυγχάνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ, πχ όταν βράζονται, τηγανίζονται ή φουρνίζονται κολοκύθια ή μελιτζάνες. Το ίδιο ισχύει και για το βράσιμο, το τηγάνισμα ή το ψήσιμο στο φούρνο κάθε είδους κρεάτων ή ψαριών. Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται κάρμα!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΑ ΨΑΡΙΑ**

Το ψάρι είναι φυλογενετικός πρόγονος του ανθρώπου! Στα αρχικά στάδια της κυοφορίας του το έμβρυο ΕΙΝΑΙ ΨΑΡΙ, διότι η οντογένεση του ανθρώπου ανακεφαλαιώνει συνοπτικά την φυλογένεση του ανθρώπου, δηλαδή τους ζωικούς προγόνους από τους οποίους προέρχεται εξελικτικά το ανθρώπινο είδος! Έτσι ορίζει ο λεγόμενος βιογενετικός νόμος του Häckel! Σας προσθέτω ότι ένα μέρος του ενήλικου ανθρώπινου εγκέφαλου έχει ιχθυοσαυρική προέλευση και λειτουργεί ανάλογα (ερπετοειδής εγκέφαλος)!

Σύμφωνα με όλα αυτά το έμβρυο – ψάρι ενοχοποιεί τη γλώσσα του σώματός του, έχει αίσθηση τεμαχισμού του, όταν υφίσταται βίωμα απορριπτικής μήτρας! Επιπλέον, το ψάρι έχει συνήθως επίμηκες – φαλλικό σχήμα! Επίσης, έχει εκσεσημασμένα μάτια, οπότε τα μάτια του ψαριού αντιστοιχούν συμβολικά με το μάτι της μήτρας! Σας θυμίζω πως το έμβρυο έχει το βίωμα ότι ένα μάτι το παρακολουθεί συνεχώς, το εξετάζει και το κρίνει! Αν το έμβρυο είναι όπως το θέλει το μάτι-μήτρα, τότε αισθάνεται καλά και εγγράφει κατάσταση φωτογραφίας Β μέσα του, στο υπαρξιακό του συνεχές! Αν όμως δεν είναι όπως το θέλει το μάτι-μήτρα, τότε αισθάνεται φρικτά με ποικιλία ανυπόφορων βιωμάτων, τα οποία σας περιέγραψα σε προηγούμενα κεφάλαια! ΔΙΑΤΕΛΕΙ δηλαδή, ΣΕ ΙΣΧΥΡΗ, τεμαχιστική, κατάσταση φωτογραφίας Α, την οποία εσωτερικεύει! Αυτή είναι η κατάσταση θυμωμένης – απορριπτικής μήτρας, επειδή η μητέρα είναι θυμωμένη συνειδητά ή υποσυνείδητα!

- Στη μεταγενέθλια ζωή το μάτι της μήτρας μετεξελίσσεται στα μάτια της μητέρας, στα οποία προσηλώνει το βλέμμα του το νεογνό – βρέφος όταν θηλάζει ή όταν απλώς η μητέρα το κρατά στην αγκαλιά της! Όμως, με αυτό τον τρόπο, λόγω της συμπάσχουσας ταύτισης το νεογνό – βρέφος εσωτερικεύει όλη την κατάσταση φωτ/φίας Α που περιέχει η προσωπικότητα της μητέρας του! Η κατάσταση αυτή εντάσσεται στα οργανωτικά πρότυπα φωτογραφίας Α που ήδη



μεταφέρει το παιδί από τα βιώματά του της θυμωμένης – απορριπτικής μητέρας, επειδή η μητέρα είναι θυμωμένη συνειδητά ή υποσυνειδητά!

▪ Σε παρένθεση σας λέγω, ότι όλα εξαρτώνται από τα οργανωτικά πρότυπα λειτουργίας του εμβρύου και του εγκεφάλου του ενδομητρίως κατ' αρχήν και κατόπιν κατά τα 3-5 πρώτα χρόνια της ζωής του ατόμου, με αρχή τις συνθήκες τοκετού! Σας θυμίζω τις early recollections και τον αντίστροφο κώνο του σχήματος που σας έχω ήδη παρουσιάσει. Άρα, η καλύτερη ανθρώπινη επένδυση είναι η κατάλληλη φροντίδα του ατόμου και της μητέρας – οικογένειάς του κατ' αυτές τις πρώιμες ηλικίες! Οι πρώιμες αναμνήσεις (early recollections) είναι δύο κατηγοριών, δηλαδή είτε κατάστασης φωτογραφίας Α είτε κατάστασης φωτογραφίας Β. Στους ανθρώπους με ψυχικά προβλήματα φταίνε οι τοξικές αναμνήσεις τους από την ηλικία πριν να κλείσουν τα 3-5 πρώτα χρόνια της ζωής τους! Όλες, καταστάσεις φωτογραφίας Α! Παράγωγα έλλειψης Αγάπης! Σε αντιδιαστολή, οι καταστάσεις φωτογραφίας Β προέρχονται από βιώματα αφθονίας της προσφερόμενης Αγάπης! Όλα ξεκινούν από την σύλληψη και την ενδομήτριο ζωή και συνεχίζονται κατά τα εξωμήτρια στάδια ψυχοσεξουαλικής εξέλιξης του ανθρώπου, όπου εκτός από τις προαναφερθείσες τοξικές αναμνήσεις, οι τραυματικές εμπειρίες των γονέων μας μεταφέρονται σε εμάς μέσα από τον ψυχικό μηχανισμό της ταύτισης – μίμησης και της εσωτερίκευσης!

▪ Το κοινωνικό πρότυπο = η κοινωνία ως μήτρα = η κοινωνία ως περιβάλλουσα αρχή, όπως η μήτρα! ΟΙ ΚΗΔΕΜΟΝΕΣ!

▪ Μέχρι τώρα, ιστορικά, μέσα στη μήτρα αρχίζουν ήδη οι άνθρωποι να μαθαίνουν να καταπιέζονται και να καταπιέζουν, να βασανίζονται και να βασανίζουν, να σκοτώνονται και να σκοτώνουν! Εδώ κλείνω την παρένθεση και επιστρέφω στη ροή του κειμένου.

▪ Η απορριπτική – θυμωμένη μήτρα βιώνεται όταν το κύημα είναι ανεπιθύμητο, αν είναι ανεπιθύμητο το φύλο του κυήματος, αν πρόκειται για δίδυμη ή τρίδυμη κύηση, οπότε κάποιο από τα έμβρυα στριμώνχεται απορριπτικά, διότι δεν έχει αρκετό χώρο για λογαριασμό του μέσα στη μήτρα, αν υπάρχει περιέλιξη ομφαλίδας στο κύημα, αν είναι η ομφαλίδα κοντή σε μήκος οπότε το έμβρυο δυσκολεύεται να τραφεί (δεν αναπτύσσεται) κανονικά, καθώς επίσης αν το έμβρυο κατά τον τοκετό έχει ισχυική προβολή, δηλαδή όπως λέει ο λαός έρχεται ανάποδα! Ο δύσκολος, εργώδης και παρατεταμένος τοκετός ισοδυναμεί με βίωμα απορριπτικής – θυμωμένης μητέρας, ασχέτως αν τελικά το έμβρυο γεννηθεί με καισαρική τομή! Οι καταστάσεις που επιβάλλουν εμβρυουλκία είναι επίσης απορριπτικό βίωμα!

▪ Αν το κύημα είναι ανεπιθύμητο, τούτο μπορεί να συμβαίνει συνειδητά ή μπορεί να συμβαίνει υποσυνειδητά!

▪ Αν οι εμετοί της εγκυμοσύνης παρατείνονται πέραν των 3 πρώτων μηνών της κυοφορίας, τότε αυτό είναι σημείο υποσυνειδητής απόρριψης του κυήματος, διότι η προσωπικότητα της εγκύου δεν αντέχει για τους δικούς της λόγους αυτή την ευθύνη! Οπότε, η κατάσταση αυτή εκδηλώνεται ως απορριπτική – θυμωμένη μήτρα, με όλα τα γνωστά επακόλουθα!

• Η ψυχική γομολάστιχα με τα ψάρια, η οποία απενοχοποιεί τη γλώσσα του σώματος σύμφωνα με τα προηγούμενα, περιλαμβάνει τις εξής δράσεις:

**1)** Ξύσιμο του ψαριού για να φύγουν τα λέπια του! Τούτο αντιστοιχεί σε συμβολική αναπαράσταση του βιώματος του εμβρύου ότι το γδέρνουν, όταν απορρίπτεται από τη μήτρα!

**2)** Η εχθρότητα – ενοχικότητα που συμβολίζουν τα μάτια φαίνεται καθαρά στην εχθρική – λεκτική διατύπωση: «θα σου βγάλω τα μάτια!» ή στην παρόμοια εχθρική διατύπωση: «τον κάρφωσε με τα μάτια του!» ή στην τραγουδιστική διατύπωση: «τα μάτια σου με έκαναν κομμάτια»! Όλα αυτά και τα παρόμοια διαλύονται με συμβολική αναπαράσταση ως εξής:

- τρύπημα – κάρφωμα των ματιών του ψαριού με καρφίτσα ή με πρόκα!
- σύνθλιψη των ματιών του ψαριού με πένσα!
- εξόρυξη των ματιών του ψαριού με μυτερό μαχαίρι!

**3)** Ο αποκεφαλισμός του ψαριού. Ο λαιμός του ανθρώπου είναι από τις πιο ενοχοποιημένες περιοχές της γλώσσας του σώματος, διότι ως επίμηκες φαλλικό σχήμα εσωτερικεύει όλη την εχθρότητα της απορριπτικής ομφαλίδας – μήτρας! Γι' αυτό η συλλογική εχθροπάθεια εκδηλώνεται κυρίως με την ποινή του αποκεφαλισμού καταδίκων, ιδίως κατά το παρελθόν, ή με τον απαγχονισμό των καταδίκων (κρέμασμα από τον λαιμό)!

- Η ατομική εχθροπάθεια εκδηλώνεται χαρακτηριστικά μέσα από την φράση και την πράξη ότι: «οι άνθρωποι ήλθαν και φυσικά έκοψαν ο ένας τον λαιμό του άλλου»!
- Όλο αυτό το δυναμικό άρνησης ζωής διαλύεται με συμβολική αναπαράσταση σφαγής, με αποκεφαλισμό του ψαριού! Οι άνθρωποι επίσης ως γνωστόν επιδίδονται σε σφαγές μεταξύ τους, ιδίως σε καιρούς πολέμου!
- Εξυπακούεται ότι μπορείτε να χρησιμοποιείτε κατά τα γνωστά πολλά ψάρια κάθε φορά. ΤΟ ΑΞΙΩΜΑ είναι: όσο πιο πολλή η εξάσκηση, τόσο καλύτερα τα θεραπευτικά αποτελέσματα μεσομακροπρόθεσμα!

Προχωρούμε στις επόμενες φάσεις της ψυχικής γομολάστιχας με τα ψάρια:

**4)** Το τρύπημα του κεφαλιού του ψαριού και του σώματος του ψαριού με καρφίτσα ή με πρόκα, με την ήδη γνωστή συλλογιστική!

**5)** Το τεμάχισμα του σώματος του ψαριού με μαχαίρι ή με μπαλτά κουζίνας, με την ήδη γνωστή συλλογιστική!

- Σημειώστε ότι πριν από το τεμάχισμα του σώματος του ψαριού με μαχαίρι ή με μπαλτά κουζίνας, μπορείτε να αφαιρείτε τα σπλάχνα-εντόσθιά του με διάνοιξη της κοιλιάς του από το πλαϊνό μέρος του ψαριού! Τούτο αντιστοιχεί συμβολικά με το οδυνηρό αίσθημα εκσπλάχνωσης που έχει το έμβρυο, όταν απορρίπτεται από την ομφαλίδα - μήτρα του, ιδίως στην περιοχή της κοιλιάς του εμβρύου, όπου η ομφαλίδα εισέρχεται μέσα του (αφαλός)! Πρόκειται για βίωμα πικρό και

οδυνηρό σαν το θάνατο! Θυμηθείτε και όσα είπαμε για την αφαίρεση του εσωτερικού στην τομάτα, την μελιτζάνα, την μεγάλη κόκκινη – κίτρινη – πορτοκαλί πιπεριά και το κολοκύθι.

**6)** Τη σύνθλιψη νέου αποκεφαλισμένου ψαριού στο κεφάλι και στο σώμα του με πένσα ή με σφυρί, κατά την ήδη γνωστή συλλογιστική!

**7)** Το ψήσιμο, το τηγάνισμα, το βράσιμο νέου ψαριού, είτε αποκεφαλισμένου, είτε ολόκληρου, με την ήδη γνωστή συλλογιστική. Ακολουθεί το φάγωμα του ψαριού, με την ήδη γνωστή συλλογιστική. Γενικά σε όλες τις ψυχικές γομολάστιχες με μάσημα – φάγωμα, προκαλείται αποδέσμευση στοματικού σαδισμού από την απώθηση!

- Μπορεί να γίνει εναλλακτικά κάψιμο του ψαριού σε οινόπνευμα κατά τα γνωστά, με την ήδη γνωστή συλλογιστική!

- Κατά τη διάρκεια όλων των διαδοχικών φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με τα ψάρια, θα λέτε: «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε ή μου κάνετε! Σεις παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε που ήμουν αδύναμο παιδί και άλλα τα ΤΩΡΑ, που είμαι ικανός ενήλικος! Είμαι ελεύθερος/η από εσάς και είστε ελεύθεροι από εμένα! Άρα, είναι ΜΙΑ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Έχω την ευκαιρία να ξεσπάσω, να αδειάσω τον πόνο, την αγανάκτηση, τον θυμό από μέσα μου, ώστε να πάψω να συντηρώ τα παλαιά προγράμματα φωτογραφίας Α μέσα μου! Γίνεται απόδοση δικαιοσύνης συμβολικά, για να φύγει από πάνω μου το βάρος του παρελθόντος μου! ΟΧΙ άλλη συμπίεση σε βάρος μου! Αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου, να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια της ζωής! Την εξουδετερώνω και προχωρώ ελεύθερος/η!»! Έτσι, διορθώνεται η ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΚΟΤΗΤΑΣ που παρατηρείται στη νεύρωση και όχι μόνον!

- Επιπλέον, κατά τη διάρκεια των καύσεων θα λέγονται τα λόγια που υπέδειξα να λέγονται κατά τη διάρκεια των καύσεων πχ των φακέλλων ή των λουκάνικων κλπ.

- Στη συνέχεια θα λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....»

- Τέλος, θα λέτε την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι! Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής καθώς έχουμε προειπεί κατ' επανάληψη!

Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τουτό έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται κάρμα!

### **Συμβουλές:**

- Πρώτον, να μη πτοηθείτε από τις αντιστάσεις που μπορεί να εκδηλωθούν! Αυτές σημαίνουν ότι ο εσωτερικός δολιοφθορέας φοβάται

την ψυχική γομολάστιχα! Άρα, σύμφωνα με τη Συνειδητή Λογική διαχείριση, εσείς να σφίξετε τα δόντια, να επιστρατεύσετε όλη τη θέλησή σας και να την κάνετε οπωσδήποτε! Να αρνηθείτε δηλαδή, την άρνηση που προβάλλει ο εσωτερικός δολιοφθορέας, άρα να προκύψει κατάφαση ζωής για εσάς!

- Δεύτερον, αυτή την ανακουφιστική εμπειρία που θα προκύπτει, να την θυμάστε, για να σας καθοδηγεί και να σας ενθαρρύνει, ώστε να την επαναλαμβάνετε στο μέλλον όποτε χρειάζεται! ΕΞΑΣΚΗΣΗ, ΕΞΑΣΚΗΣΗ, ΕΞΑΣΚΗΣΗ είναι όλοι οι νόμοι και οι προφήτες δι' ών τα πάντα ήρτηνται!
- Τρίτον, αυτές οι συμβουλές ισχύουν για όλες τις ψυχικές γομολάστιχες!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΑ ΜΑΚΑΡΟΝΙΑ**

Το μακαρόνι, ιδίως το μεγάλου μεγέθους με το οποίο παρασκευάζεται το παστίτσιο, είναι κατ' εξοχήν φαλλικό σχήμα και παραπέμπει κατευθείαν ΣΥΜΒΟΛΙΚΑ στον ομφάλιο λώρο-πατέρα και γενικότερα στο αρσενικό φύλο!

- Με το μακαρόνι λευκό ή μαύρο ως ψυχική γομολάστιχα γίνονται τα εξής:
  - Παίρνετε αμαγείρευτα μακαρόνια και τα τσακίζετε – τεμαχίζετε σε πολλά κομμάτια, τόσο το καθένα ξεχωριστά, όσο και πολλά μαζί! Έτσι, στο συμβολικό πεδίο τσακίζετε τιμωρητικά τον ομφάλιο λώρο – πατέρα, όπως σας τσάκισαν τιμωρητικά κι εκείνοι, προγενέθλια και μεταγενέθλια, κατ' αντιστοιχία! Γι' αυτό τα μακαρόνια ως ψυχική γομολάστιχα ενδείκνυνται ιδιαίτερω στις περιπτώσεις προβληματικής σχέσης με την ομφαλίδα (π.χ. περιελιγμένη ομφαλίδα κλπ) ή στις περιπτώσεις φασκιάματος!
  - Κατόπιν, συνθλίβετε αμαγείρευτα μακαρόνια με πένσα ή με σφυρί!
  - Μετά, παίρνετε μαγειρεμένα μακαρόνια και τα τρυπάτε με καρφίτσα ή με πρόκα ή με πιρούνι. Συμβολικά συμβαίνουν θεραπευτικά όσα έχουμε αναφέρει ήδη!
  - Ακολούθως, τεμαχίζετε τα μακαρόνια με μαχαίρι σε πολλά κομμάτια. Συμβολικά συμβαίνουν θεραπευτικά όσα έχουμε αναφέρει ήδη!
  - Ακολούθως, συνθλίβετε άλλα μαγειρεμένα μακαρόνια με το επίμηκες σχήμα τους, είτε με πένσα, είτε με σφυρί. Συμβολικά συμβαίνουν θεραπευτικά όσα έχουμε αναφέρει ήδη!
  - Μετά, μασάτε – τρώτε άλλα μαγειρεμένα μακαρόνια. Συμβολικά συμβαίνουν θεραπευτικά όσα έχουμε αναφέρει ήδη!

- Κατόπιν, καίτε άλλα μαγειρεμένα μακαρόνια, ξεχωριστά σε πράσινο οινόπνευμα κατά τα γνωστά. Συμβολικά συμβαίνουν θεραπευτικά όσα έχουμε αναφέρει ήδη!

- Ο βρασμός των μακαρονιών ή το μαγείρεμά τους ή το ψήσιμο στο φούρνο, ως παστίσιο, είναι ψυχικές γομολάστιχες. Ο μάγειρας ή η μαγείρισσα που μαγείρεψε τα μακαρόνια προηγουμένως, είχε στη διάθεσή του μία πλήρη ψυχική γομολάστιχα, ιδίως αν πρόσθεσε και τα κατάλληλα λόγια!

- Κατά τη διάρκεια όλων των φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με τα μακαρόνια λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε.....» κλπ κατά τα γνωστά.
- Στη συνέχεια λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....» κλπ κατά τα γνωστά.
- Τέλος, λέτε την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι! Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, καθώς έχουμε προειπεί κατ’ επανάληψη μέχρι τώρα!

Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα αυτού που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

Φυσικά, κατά τη διάρκεια των καύσεων, θα λέγονται τα λόγια της φωτιάς –της καύσης, όπως τα γνωρίζετε ήδη!

▪ Εδώ τελειώνει η αναφορά των ψυχικών γομολαστίχων απέναντι στο φαλλικό σχήμα του πατέρα, δηλαδή τον ομφάλιο λώρο στο προγενέθλιο στάδιο, και όλα τα αρσενικά, στο μεταγενέθλιο στάδιο!

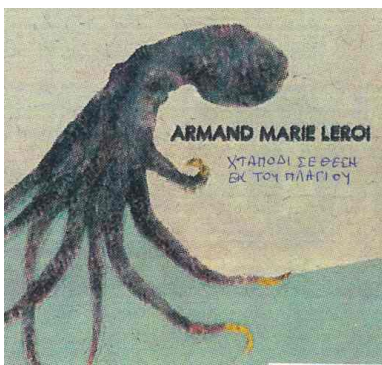
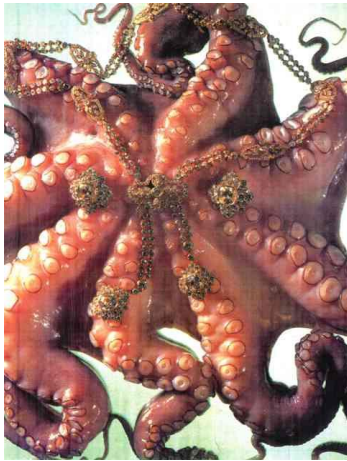
## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟ ΧΤΑΠΟΔΙ**

Αυτή η ψυχική γομολάστιχα αφορά τόσο τα θηλυκά σύμβολα, διότι το χταπόδι έχει στρογγυλό κεφάλι, όσο και τα φαλλικά – αρσενικά σύμβολα, διότι το χταπόδι έχει επιμήκη πλοκάμια! Επιπλέον, έχει άμεση σχέση με το μαγειρείο. Για όλους αυτούς τους λόγους, έκρινα ότι πρέπει να ταξινομηθεί εδώ.

▪ Το χταπόδι συμβολικά ανταποκρίνεται τόσο στη μήτρα, με το κεφάλι του και με τα μάτια του, όσο και στην ομφαλίδα με το κάθε πλοκάμι του! Η συμβολική του σχέση με την ομφαλίδα είναι αυτονόητη, διότι τα πλοκάμια του είναι επιμήκη όπως αυτή και επίσης, περιελίσσονται γύρω από το σώμα, όπως αυτή!

▪ Επιπλέον, το έμβρυο έχει την αίσθηση χώρου και μορφής ως προς τον πλακούντα, ως εξής: οι προεξοχές των αγγείων της επιφάνειας του πλακούντα και ο ίδιος ο πλακούντας σαν σύνολο, δίνουν την αίσθηση στο έμβρυο ότι αυτό

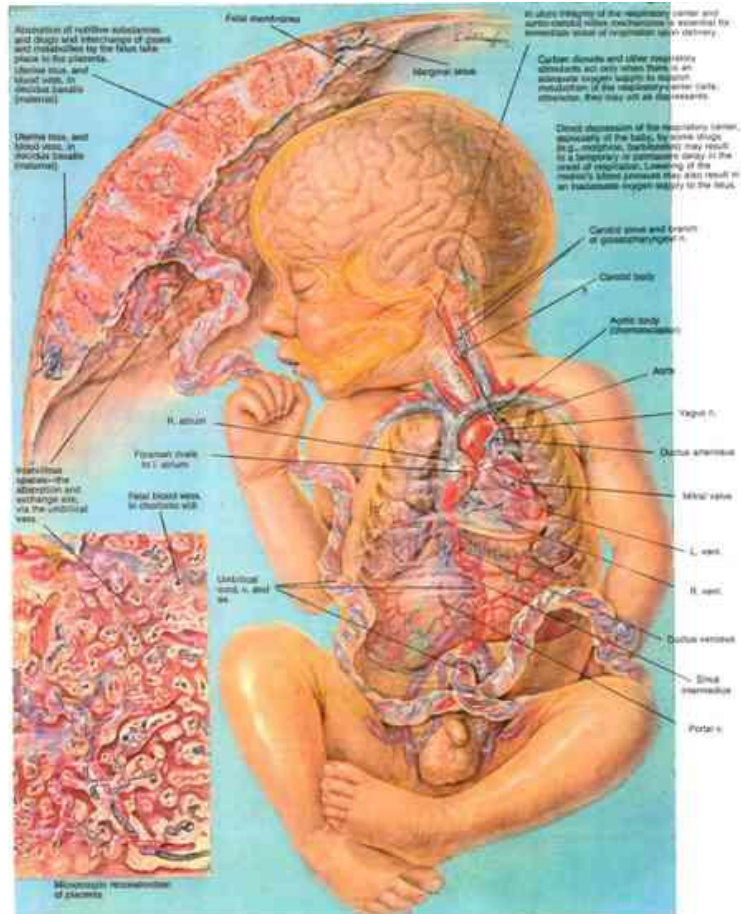
περιβάλλεται από ένα χταπόδι και τα πλοκάμια του! Δείτε τις εικόνες.



Εικόνα  
έγχρωμο χταπόδι

εικόνα  
μαύρο χταπόδι

εικόνα πλακούντα &  
αγγεία έγχρωμο



ΤΟ ΕΜΒΡΥΟ, Η ΟΜΦΑΛΙΔΑ ΤΟΥ ΚΑΙ Ο ΠΛΑΚΟΥΝΤΑΣ ΤΟΥ ΣΕ ΠΑΡΓΙΑ ΔΙΑΤΟΜΗ  
ΣΥΜΒΟΛΙΚΑ Η ΟΜΠΡΕΔΙΑ ΚΑΙ ΤΟ ΧΤΑΠΟΔΙ

Η ψυχική γομολάστιχα με το χταπόδι, έχει ως εξής:

- Αγοράζετε ένα χταπόδι οποιουδήποτε μεγέθους.
- Κατόπιν μπορείτε να το βράσετε, να το ψήσετε, να το τηγανίσετε, ή και να το κάψετε με πράσινο οινόπνευμα, κατά τα γνωστά! Όλα αυτά αντιστοιχούν σε συμβολική αναπαράσταση του βιώματος της απορριπτικής μήτρας, το οποίο έχει τη μορφή της αίσθησης ότι το έμβρυο βράζει, ή καίγεται ενδομητρίως! Το καυστικό βίωμα της απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας παράγει και την καυστική γλώσσα των συνανθρώπων μας!
- Ακολουθως, να το αποκεφαλίσετε! Η συλλογιστική εδώ είναι η ίδια με εκείνη που είπαμε για τον αποκεφαλισμό του ψαριού.
- Όσοι είχατε μητέρα ή πατέρα ή συγγενείς γαλανομάτηδες κάντε φωτ/γραφα στην εικόνα του μαύρου χταποδιού και χρωματίστε τα μάτια του γαλανά!
- Ακολουθως, να του ταλαιπωρήσετε τα μάτια, όπως ακριβώς είπαμε για το ψάρι! Η συλλογιστική είναι η ίδια, τόσο για τα φωτ/γραφα, όσο και για το πραγματικό χταπόδι!
- Κατόπιν, του τρυπάτε το κεφάλι με καρφίτσα ή με πρόκα και να μην παραλείψετε να του τρυπήσετε την περιοχή του στόματός του! Η συλλογιστική είναι ίδια με όσα γνωρίζετε ήδη.
- Μετά του τεμαχίζετε το κεφάλι με ένα μαχαίρι, κατά τα γνωστά. Η συλλογιστική είναι ίδια με όσα γνωρίζετε ήδη.
- Ακολουθως, παίρνετε το κεφάλι από ένα άλλο χταπόδι και το συνθλίβετε με πένσα ή με σφυρί! Η συλλογιστική είναι ίδια με όσα γνωρίζετε ήδη. Αν παραπονεθείτε για το κόστος των χταποδιών, σας απαντώ ότι συγκριτικά με τα φάρμακα είναι πολύ φθηνό ΓΙΑΤΡΙΚΟ!
- Κατόπιν, παίρνετε ένα-ένα τα πλοκάμια των χταποδιών και τους κάνετε τα εξής:
  - Τα τρυπάτε με τον γνωστό τρόπο και με την γνωστή συλλογιστική.
  - Τα τεμαχίζετε σε μικρά κομμάτια με τον γνωστό τρόπο και με την γνωστή συλλογιστική.
  - Τα συνθλίβετε με πένσα και μάλιστα με ιδιαίτερη έμφαση στις βεντούζες τους! Ομοίως μπορείτε να δώσετε έμφαση στις βεντούζες, όταν τρυπάτε με την καρφίτσα τα πλοκάμια, καθώς προείπαμε!
  - Κατόπιν, μασήστε κομμάτια από το κεφάλι (συμβολικά η μήτρα), από πλοκάμια (συμβολικά η ομφαλίδα) βρασμένα ή τηγανισμένα ή ψημένα! Αν δεν θέλετε να τα φάτε, τότε φτύστε τα αφού τα μασήσετε! Γενικά, σε όλες τις ψυχικές γομολάστιχες με μάζημα – φάγωμα, προκαλείται

αποδέσμευση στοματικού σαδισμού από την απώθηση!

- Τέλος, κάψτε με πράσινο οινόπνευμα τα υπολείμματα των κεφαλιών και των πλοκαμιών που απέμειναν από το χταπόδι! Να μην αποστρέψετε το βλέμμα από την φλόγα που καίει, αλλά να το προσηλώνετε σε αυτήν!

• Κατά τη διάρκεια όλων αυτών των φάσεων αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε όλα τα γνωστά λόγια:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε.....» κατά τα γνωστά.
- Όλα τα λόγια που λέγονται κατά τη διάρκεια των καύσεων, κατά τα γνωστά.
- Σημειωτέον, ότι τα λόγια αυτά μπορούν να λέγονται και κατά τη διάρκεια του βρασμού, του τηγανίσματος ή του ψησίματος του χταποδιού!
- Στη συνέχεια λέτε το «ευλογώ και φωτίζω.....» κατά τα γνωστά.
- Τέλος, λέτε την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι, κατά τα γνωστά. Επίσης να λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, καθώς έχουμε προειπεί, κατ' επανάληψη μέχρι τώρα!

Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

• Η ψυχική γομολάστιχα με το πραγματικό χταπόδι αναμοχλεύει βαθύτατα στρώματα του ανθρώπινου υποσυνείδητου – ασυνείδητου και γι' αυτό μπορεί να εκδηλωθούν ισχυρές αντιστάσεις ή και θεραπευτική αντίδραση με αύξηση των συμπτωμάτων, όταν αρχίζει να εφαρμόζεται! Σταδιακά, όλα αυτά υποχωρούν εφόσον ενεργοποιείται η συνειδητή Λογική διαχείριση εκ μέρους του θεραπευόμενου, κατά τα γνωστά.

**Σημείωση:** σύμφωνα με όσα ήδη γνωρίζετε για τη λειτουργία του μαγειρείου ως ψυχικής γομολάστιχας, ευλόγως κατανοείτε το γιατί πολλοί άνθρωποι επιλέγουν το επάγγελμα του μάγειρα! Τους καθοδηγεί ενστικτωδώς και ασυνείδητα ο αυτοθεραπευτικός τους μηχανισμός! Η μαγειρική και ως δημιουργική διέξοδος!

Όλα αυτά φαίνονται στη γραφολογική τους ανάλυση για επαγγελματικό προσανατολισμό!

• Επίσης σας λέγω ότι αν υπάρχει αντικειμενική δυσκολία να κάνετε τις ψυχικές γομολάστιχες του χταποδιού και των προηγούμενων φαλλικών συμβόλων, τότε μπορείτε να τις κάνετε νοερά, φανταστικά, οραματικά! Δοκιμάστε να ανακουφίζεστε και με αυτό τον τρόπο! Επίσης, μπορείτε να κάνετε φωτ/γραφα του μαύρου χταποδιού που σας παραθέτω. Όσοι έχετε γαλανομάτηδες γονείς, να βάψετε τα μάτια του γαλανά! Τρυπήστε τα, συνθλίψτε το, ποδοπατήστε το, τεμαχίστε το να γίνει χαρτοπόλεμος! Κάψτε τον χαρτοπόλεμο και οι στάχτες να ριχτούν στη λεκάνη της τουαλέτας, με ακολουθία «πυροβολισμών» από ελαφρά και βαρέα όπλα και κατόπιν τράβηγμα στο καζανάκι! Παράλληλα λέγετε όσα έχουμε πει μέχρι τώρα, για να ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ



ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!



εικόνα του  
μαύρου  
χταποδιού



## **ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΑΙΔΟΙΪΚΟΥ ΣΥΜΒΟΛΟΥ**

Το αιδοϊκό σύμβολο, δηλαδή η μήτρα προγενεθλώς και η μητέρα μεταγενεθλώς, εκπροσωπείται – αναπαριστάνεται - προσομοιώνεται συμβολικά από τα εξής φρούτα ή λαχανικά: την τομάτα, την μελιτζάνα φλάσκα, την μεγάλη σαν την πράσινη πιπεριά (κόκκινη και κίτρινη), το μήλο (κατά προτίμηση κόκκινο), το αχλάδι, την πατάτα, την γλυκοπατάτα την σφαιρική, το βερίκοκο, το ροδάκινο, το καρπούζι, το πεπόνι, την βανίλια, το δαμάσκηνο, το μούσμουλο και τις ρόγες των σταφυλιών με κουκούτσι. Τέλος, σας προσθέτω το λάχανο και τα κοκκινογούλια (παντζάρια).

• Το κίτρινο χρώμα της πιπεριάς αναφέρεται στην αρχέγονη φάση ζωής του εμβρύου, όταν κατεβαίνει από την σάλπιγγα και εμφυτεύεται στον βλεννογόνο της μήτρας! ΤΟΤΕ, ΕΧΕΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΧΡΩΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΓΝΩΡΙΖΕΙ = εξωαισθητηριακή αντίληψη!

• Το χρώμα της κόκκινης πιπεριάς, το χρώμα των παντζαριών και το χρώμα με τη σάρκα της τομάτας παραπέμπει συμβολικά, αναπαραστατικά στο χρώμα της σάρκας και του αίματος!

**Παρατήρηση:** οι γυναίκες στην Ελλάδα έχουν σωματότυπο που αντιστοιχεί είτε στο σχήμα του μήλου, είτε στο σχήμα του αχλαδιού.

Λοιπόν, ενεργείτε ως εξής:

**α)** παίρνετε μία τομάτα και την ξεφλουδίζετε με ένα μαχαίρι ή ξύνετε την φλούδα της με ένα τρίφτη. Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου, το οποίο αισθάνεται ότι το γδέρνουν και θέλει να κάνει τα ίδια (να ανταποδώσει), αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα, διότι η

θυμωμένη – απορριπτική μήτρα-μάννα είναι μεγάλη και παντοδύναμη και εκείνο μικρό και αδύναμο!

- Ακολουθώντας, τρυπάτε την τομάτα με μία καρφίτσα ή με μία πρόκα ή με ένα μυτερό μαχαίρι. Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα. Η αίσθηση του εμβρύου είναι ότι το τρυπάνε πυρωμένα καρφιά και θέλει να ανταποδώσει τα ίδια, αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα!

- Κατόπιν, τεμαχίζετε με ένα μαχαίρι την τομάτα. Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το τεμαχιστικό βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου, το οποίο θέλει να ανταποδώσει τα ίδια, αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα!

- Ακολουθώντας, μασάτε τεμάχια και σπόρια της τεμαχισμένης τομάτας. Δεν είναι ανάγκη να τα καταπιείτε, αν δεν θέλετε! Το μάσημα είναι αρκετό, μετά φτύστε τα! Μπορείτε επίσης να δαγκώσετε ολόκληρη την τομάτα και να μασήσετε ομοίως το δαγκωμένο κομμάτι ή κομμάτια! Γενικά σε όλες τις ψυχικές γομολάστιχες με μάσημα – φάγωμα προκαλείται αποδέσμευση στοματικού σαδισμού από την απώθηση!

- Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα. Η αίσθηση του εμβρύου είναι ότι βρίσκεται μέσα σε ένα στόμα που το μασάει και θέλει να του ανταποδώσει τα ίδια (the revenge machine), αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα! Όμως, κρατάει το βίωμα και το στρέφει ενάντια στον εαυτό του!

▪ Σημειώστε τα εξής στο νου σας: όταν καθαρίζουμε το υπαρξιακό συνεχές, κατά την ενδομήτρια φάση του ή κατά την φάση της εμπειρίας του τοκετού, έχουμε γενική ανακούφιση των ενοχών και του άγχους(της ψυχικής παρακμής)! Τούτο, διότι τα σχετικά οργανωτικά πρότυπα – δυναμικά στερεότυπα της εγκεφαλικής λειτουργίας είναι οι γενεσιουργοί παράγοντες των ενοχλημάτων! Είναι δηλαδή, σαν να κόβουμε το κεφάλι ενός χταποδιού, οπότε όλα τα πλοκάμια του παραλύουν! Δείτε σχετικά στα προηγούμενα, την εικόνα του υπαρξιακού συνεχούς, την εικόνα του αντεστραμμένου κώνου της προσωπικότητας και την εικόνα του χταποδιού που συνθλίβει με ένα πλοκάμι του τον άνθρωπο!

- Ακολουθώντας, παίρνετε μία καινούρια τομάτα και τη συνθλίβετε με μία πένσα ή με ένα σφυρί. Αυτή η διαδικασία αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου, το οποίο έχει την αίσθηση ότι η υπερευαίσθητη σάρκα του συνθλίβεται και θέλει να ανταποδώσει τα ίδια, αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα!

- Κατόπιν, παίρνετε μία τομάτα και με ένα κουτάλι της αφαιρείτε το εσωτερικό της, την εκσπλαχνώνετε. Έτσι, γίνεται ΑΠΟΤΑΥΤΙΣΗ από τους γονείς σας, τους παπούδες σας, τους «σημαντικούς άλλους» που έχουν κάνει κατοχή μέσα σας! Το ίδιο ισχύει και για την πιπεριά κόκκινη ή κίτρινη, καθώς επίσης και για την μελιτζάνα φλάσκα ή επιμήκη. Τέλος, το

ίδιο ισχύει και για το αβοκάντο, όταν «εκσπλαχνώνεται» για να το φάμε! Όμως, η τομάτα ως ψυχική γομολάστιχα πλεονεκτεί, διότι η σάρκα της μοιάζει πολύ με την σάρκα μας και τα υγρά της μοιάζουν πολύ με το αίμα μας, δηλαδή έχουμε ακριβέστερη, συμβολικά, αναπαράσταση – προσομοίωση και ομοιώματα συμβάντων!

- Παραλλαγή στο ίδιο θέμα: τοποθετείτε την τομάτα ή τα λοιπά λαχανικά στο blender και το θέτετε σε λειτουργία.

- Ακολουθώς, παίρνετε μία καινούρια τομάτα και την τοποθετείτε μέσα σε ένα άδειο πήλινο δοχείο γιαουρτιού. Κατόπιν προσθέτετε πράσινο οινόπνευμα στο δοχείο και το ανάβετε, ούτως ώστε να παραχθεί φλόγα που θα καίει για 2'-3'. Η τομάτα, όπως και τα υπόλοιπα φρουτολαχανικά δεν καίγονται, αλλά είναι θεραπευτικό να τα βλέπετε μέσα στις φλόγες! Έτσι, αναπαριστάται συμβολικά το καυστικό βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα. Το έμβρυο θέλει να ανταποδώσει τα ίδια (βάσει του νόμου της ταυτανταπόδοσης – the revenge machine), αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα! Όμως, κρατάει το βίωμα και το στρέφει ενάντια στον εαυτό του, μέσω της λειτουργίας του νευρικού του συστήματος! Δείτε τη σχετικά εικόνα από τα προηγούμενα με τον άνθρωπο μέσα στις φλόγες.

▪ Θυμηθείτε επίσης, όσα προανέφερα για την αφαίρεση του εσωτερικού της τομάτας (εκσπλάχνωση). Το ίδιο ισχύει και για την μελιτζάνα, φλάσκα ή επιμήκη, όπως και για την μεγάλη κόκκινη και κίτρινη πιπεριά, όπου κάνετε τα ίδια με την τομάτα. Ομοίως κάνετε και στα παντζάρια.

Στις κίτρινες πιπεριές, όπως και στις υπόλοιπες ψυχικές γομολάστιχες, μπορεί να εκδηλωθούν ισχυρές αντιστάσεις και ισχυρές θεραπευτικές αντιδράσεις, πχ με μορφή λύπης!

▪ Το κίτρινο χρώμα είναι το χρώμα του αρχέγονου εμβρύου, μόλις πέφτει από την σάλπιγγα για να εμφυτευθεί στον βλεννογόνο της μήτρας. ΤΟ ΕΜΒΡΥΟ ΓΝΩΡΙΖΕΙ το χρώμα του εκείνης της εποχής! Εμείς αξιοποιούμε αυτή τη γνώση στην ψυχική γομολάστιχα με την πιπεριά, ούτως ώστε να παράγουμε βαθιά ΚΑΘΑΡΣΗ της προσωπικότητας από την ενεργειακή κατάσταση της φωτογραφίας Α, που έχει ενσωματωθεί – εσωτερικευτεί στα θεμέλιά της! Έτσι, μπορούμε να ξυπνάμε μέσα μας τις δικές μας δυνάμεις και δυνατότητες! Φυσικά, όλα αυτά ισχύουν και για όλες τις άλλες ψυχικές γομολάστιχες!

▪ Κατά τη διάρκεια των επιμέρους φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με την τομάτα ή με τα παρόμοιά της, καθώς προείπαμε, θα λέτε τα εξής:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε ή μου κάνετε! Σεις παθαίνετε και πεθαίνετε (υποφέρετε), αλλά εγώ δεν παθαίνω τίποτα! Άρα, άλλο εγώ και άλλο εσείς, άλλα τα τότε που ήμουν αδύναμο παιδί και άλλα τα τώρα, που είμαι ικανός ενήλικος! Άρα, είναι μία ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ! Έχω την ευκαιρία να ξεσπάσω, να αδειάσω τον πόνο, την αγανάκτηση, τον θυμό από μέσα μου, ώστε να πάψω να συντηρώ τα παλαιά προγράμματα φωτ/φίας Α μέσα μου! ΟΧΙ άλλη συμπίεση σε βάρος μου, πλέον! Γίνεται

απόδοση δικαιοσύνης συμβολικά, για να φύγει από πάνω μου το βάρος του παρελθόντος μου! Αχ, νιώθω ζωντανός/ή! Είναι πράξη ελέους για τον εαυτό μου, να μετουσιώνω όλη αυτή την αρνητική ενέργεια της ζωής! Την εξουδετερώνω και προχωρώ ελεύθερος/η! Είμαι ελεύθερος/η και είστε πλέον ελεύθεροι/ες από το βάρος του παρελθόντος»!

Έτσι, διορθώνεται η ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΤΗΣ ΧΡΟΝΙΚΟΤΗΤΑΣ που παρατηρείται στη νεύρωση και όχι μόνο!

- Κατά τη διάρκεια της καύσης ειδικά, θα λέτε: «όπως καίγεται η φλόγα, καίγονται όλα τα αρνητικά μου! Με τον τρόπο αυτό καίγονται όλες οι τοξικές αναμνήσεις μου.....κλπ», κατά τα γνωστά (δείτε προηγουμένως).

- Συνεχίζετε με το «ευλογώ και φωτίζω.....κλπ», κατά τα γνωστά.

- Τέλος, λέτε τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης = εγώ είμαστε – εμείς είμαι, κατά τα γνωστά (δείτε προηγουμένως). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, καθώς έχουμε προειπεί, κατ' επανάληψη μέχρι τώρα!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**β)** Παίρνετε ένα μήλο, κατά προτίμηση κόκκινο, για να θυμίζει σάρκα και το ξεφλουδίζετε με ένα μαχαίρι ή ξύνετε τη φλούδα του με έναν τρίφτη ή ξύστη. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα.

- Ακολουθώς, τρυπάτε το μήλο με μία καρφίτσα ή με μία πρόκα ή με ένα μυτερό μαχαίρι. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα.

- Κατόπιν, τεμαχίζετε με ένα μαχαίρι το μήλο. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα.

- Μετά, μασάτε τεμάχια του τεμαχισμένου μήλου. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα.

- Ακολουθώς, παίρνετε ένα καινούριο μήλο και το συνθλίβετε με μία πένσα ή με ένα σφυρί. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα.

- Κατόπιν, παίρνετε ένα καινούριο μήλο και το ρίχνετε μέσα στις φλόγες, όπως ακριβώς είπαμε προηγουμένως για την τομάτα.

- Ύστερα, συλλέγετε όλα τα κουκούτσια (τους σπόρους) των μήλων που χρησιμοποιήσατε και τα επεξεργάζεστε ως εξής:

- Μασάτε κουκούτσια, χωρίς να είναι απαραίτητο να τα καταπιείτε! Μετά το μάσημα, μπορείτε αν θέλετε, να τα φτύσετε! Τα κουκούτσια είναι τα έμβρυα του μήλου. Το μάσημά τους αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου του ανθρώπου από την

θυμωμένη – απορριπτική μήτρα. Η αίσθηση του εμβρύου είναι ότι βρίσκεται μέσα σε ένα στόμα που το μασάει και θέλει να ανταποδώσει τα ίδια (νόμος της ταυτανταπόδοσης – the revenge machine), αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα! Όμως, κρατάει το βίωμα και το στρέφει ενάντια στον εαυτό του, μέσω της λειτουργίας του νευρικού του συστήματος!

- Συνθλίβετε τα κουκούτσια των μήλων ένα-ένα με πένσα ή πολλά μαζί σε ένα γουδόχερο. Συμβολικά – αναπαραστατικά το γουδί είναι η μήτρα και το γουδόχερο είναι η ομφαλίδα – φαλλός, ενώ το κουκούτσι είναι το απορριπτόμενο έμβρυο από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα – ομφαλίδα. Αυτή η συμβολική – αναπαραστατική διαδικασία λυτρώνει, κατά τα γνωστά προαναφερθέντα.

- Μπορείτε να κάνετε τα ίδια και με τα σπόρια (έμβρυα) της τομάτας, αλλά λόγω της σύστασής τους είναι δύσκολο να γίνουν πράξη!

- Κατά τη διάρκεια των επιμέρους φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με τα μήλα, θα λέτε ακριβώς τα ίδια, τα οποία σας υπέδειξα να λέτε κατά τη διάρκεια της ψυχικής γομολάστιχας με τις τομάτες.

- Τέλος, μπορείτε να κάψετε σε πράσινο οινόπνευμα κατά τα γνωστά, τους σπόρους των μήλων κατά τη γνωστή συλλογιστική. Κατά την καύση των σπόρων, λέτε όλα τα γνωστά σχετικά που σας έχω ήδη πει κατ' επανάληψη μέχρι τώρα, έτσι ώστε να ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**γ)** Παίρνετε ένα αχλάδι και το ξεφλουδίζετε με ένα μαχαίρι ή ξύνετε τη φλούδα του με έναν ξύστη ή τρίφτη. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα και το μήλο.

- Ακολουθως, τρυπάτε το αχλάδι με μία καρφίτσα ή με μία πρόκα ή με ένα μυτερό μαχαίρι. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα και για το μήλο.

- Κατόπιν, τεμαχίζετε με ένα μαχαίρι το αχλάδι. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα και για το μήλο.

- Μετά, μασάτε τεμάχια του τεμαχισμένου αχλαδιού. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα και για το μήλο.

- Ακολουθως, παίρνετε ένα καινούριο αχλάδι και το συνθλίβετε με μία πένσα ή με ένα σφυρί. Ισχύουν όλα όσα είπαμε προηγουμένως για την τομάτα και για το μήλο.

- Κατόπιν, παίρνετε ένα καινούριο αχλάδι και το ρίχνετε μέσα στις φλόγες, όπως ακριβώς είπαμε προηγουμένως για την τομάτα και για το μήλο.

- Ύστερα, συλλέγετε όλα τα κουκούτσια (τους σπόρους) των αχλαδιών που χρησιμοποιήσατε και τα επεξεργάζεστε ως εξής:

- Μασάτε κουκούτσια, χωρίς να είναι απαραίτητο να τα καταπιείτε! Μετά το μάσημα, αν θέλετε, τα φτύνετε!

- Τα κουκούτσια(οι σπόροι) είναι τα έμβρυα του αχλαδιού. Το μάσημά τους αναπαριστά συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου του ανθρώπου από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα. Η αίσθηση του εμβρύου είναι ότι βρίσκεται μέσα σε ένα στόμα που το μασάει και θέλει να ανταποδώσει τα ίδια (νόμος της ταυτανταπόδοσης – the revenge machine), αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα! Όμως, κρατάει το βίωμα και το στρέφει ενάντια στον εαυτό του μέσω της λειτουργίας του νευρικού του συστήματος!

- Συνθλίβετε τα κουκούτσια (τους σπόρους) των αχλαδιών ένα-ένα με πένσα ή πολλά μαζί σε ένα γουδοχείο. Συμβολικά – αναπαραστατικά το γουδί είναι η μήτρα και το γουδοχείο είναι η ομφαλίδα–ο φαλλός, ενώ το κουκούτσι (ο σπόρος) είναι το απορριπτόμενο έμβρυο από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα – ομφαλίδα.

- Αυτή η συμβολική – αναπαραστατική διαδικασία λυτρώνει, κατά τα γνωστά.

- Τέλος, μπορείτε να κάψετε σε πράσινο οινόπνευμα μέσα σε άδειο πήλινο δοχείο από γιαούρτι τους σπόρους των αχλαδιών κατά τη γνωστή συλλογιστική. Κατά την καύση των σπόρων, λέτε όλα τα γνωστά σχετικά που σας έχω ήδη πει κατ' επανάληψη μέχρι τώρα, έτσι ώστε να ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως!

- Κατά τη διάρκεια των επιμέρους φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με τα αχλάδια, θα λέτε ακριβώς τα ίδια, τα οποία σας υπέδειξα να λέτε κατά τη διάρκεια των ψυχικών γομολαστίχων με τις τομάτες και τα μήλα. Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**γ1)** Παίρνετε μία πατάτα ή μία γλυκοπατάτα και την ξεφλουδίζετε με ένα μαχαίρι ή ξύνετε τη φλούδα της με έναν ξύστη κουζίνας ή τρίφτη.

- Ακολουθως, τρυπάτε την πατάτα ή την γλυκοπατάτα, κατά τα γνωστά.

- Κατόπιν, τεμαχίζετε την πατάτα ή την γλυκοπατάτα με ένα μαχαίρι ή με έναν ξύστη κουζίνας.

- Ακολουθως, παίρνετε μία καινούρια πατάτα ή γλυκοπατάτα και την συνθλίβετε με μία πένσα ή με ένα σφυρί.

- Κατόπιν, παίρνετε μία καινούρια πατάτα ή γλυκοπατάτα και την ρίχνετε μέσα στις φλόγες, κατά τα γνωστά.

- Μετά, μπορείτε να βράσετε ολόκληρες πατάτες ή γλυκοπατάτες ή τεμάχια αυτών ή να τις ψήσετε, ή αν πρόκειται για τεμάχια, να τα τηγανίσετε.
- Ακολούθως, μπορείτε να δαγκώσετε, να μασήσετε ή να φάτε είτε ακέραιες πατάτες ή γλυκοπατάτες, είτε τεμάχια αυτών.
- Καθ' όλη τη διάρκεια όλων αυτών των διαδικασιών θα λέτε τα γνωστά λόγια, όπως πχ για τις τομάτες, για τα μήλα, για τα αχλάδια κλπ. Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως!

**γ2)** Παίρνετε ένα λάχανο και το τρυπάτε με μία καρφίτσα ή με μία πρόκα, κατά τα γνωστά.

- Ακολούθως, κόβετε σε λεπτές φέτες το λάχανο.
- Κατόπιν, μασάτε ή τρώτε κομμάτια από το λάχανο.
- Ακολούθως, παίρνετε ένα άλλο λάχανο ή κομμάτια του και τα ρίχνετε στις φλόγες, κατά τα γνωστά.
- Κατόπιν, βράζετε ή μαγειρεύετε ένα άλλο λάχανο.
- Καθ' όλη τη διάρκεια των διαδικασιών αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε τα γνωστά λόγια, έτσι ώστε να ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως!

**γ3)** Παίρνετε ένα βερίκοκο ή ένα ροδάκινο ή ένα καρπούζι ή ένα πεπόνι ή μία βανίλια κλπ και ενεργείτε πάνω τους κατά τα γνωστά. Μπορείτε να κάνετε στα κουκούτσια τους τα εξής:

- σύνθλιψη με πένσα
- σύνθλιψη με γουδόχερο
- κάψιμο ιδιαίτερω

Στις περιπτώσεις του καρπουζιού και του πεπονιού, το κάψιμο ολόκληρου του φρούτου δεν μπορεί να ισχύει για τεχνικούς λόγους! Ισχύει όμως, για τα βερίκοκα, για τα ροδάκινα – γιαρμάδες, όπως και για τις βανίλιες κλπ. Κατά τα λοιπά, ισχύει το ξεφλούδισμα, το τρύπημα, το τεμάχισμα, το μάσημα – φάγωμα, το κάψιμο, κατά τα γνωστά! Φυσικά, όλες οι φάσεις συνοδεύονται από τα γνωστά λόγια, ώστε έτσι να ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως!

**ΑΝΑΛΥΤΙΚΟΤΕΡΑ** για το καρπούζι και το πεπόνι, ως ψυχικές γομολάστιχες!

- Κόβετε το καρπούζι ή το πεπόνι με μαχαίρι σε φέτες. Πρβλε: «όλα στα σφάζω, όλα τα μαχαιρώνω»!
- Αφαιρείτε τους σπόρους και τους επεξεργάζεστε όπως προείπαμε (μάσημα, σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί, ή μέσα σε γουδόχερο, κάψιμο)!
- Δαγκώνετε και τρώτε τη σάρκα του καρπουζιού ή του πεπονιού, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Κατόπιν, τρυπάτε τη φλούδα του καρπουζιού ή του πεπονιού με μυτερό μαχαίρι ή με καρφίτσα ή με πρόκα κατά τα γνωστά και για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Μετά, συνθλίβετε τη φλούδα του καρπουζιού ή του πεπονιού με πένσα ή

- με σφυρί, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Μετά, τεμαχίζετε τη φλούδα του καρπουζιού ή του πεπονιού σε τεμάχια, για τους γνωστούς ήδη λόγους, έτσι ώστε να χωράνε στο πήλινο τσουκάλι με τη φωτιά, κατά τα γνωστά!
- Ακολούθως, ρίχνετε στη φωτιά τεμάχια από τη φλούδα του καρπουζιού ή του πεπονιού καθώς και τους σπόρους αυτών, κατά τα γνωστά και τους γνωστούς ήδη λόγους!

Φυσικά, όλες αυτές οι φάσεις συνοδεύονται από τα γνωστά ήδη λόγια, έτσι ώστε να ολοκληρώνεται η λειτουργία της ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ ΤΟΥ ΣΚΟΤΟΥΣ ΑΠΟ ΤΟ ΦΩΣ! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** επειδή οι σπόροι του πεπονιού (τα έμβρυα του πεπονιού) έχουν κίτρινο χρώμα, όπως το έμβρυο του ανθρώπου την εποχή που εμφυτεύεται στον βλεννογόνο της μήτρας, μπορεί να εκδηλωθούν ισχυρές αντιστάσεις ή ισχυρές θεραπευτικές αντιδράσεις! Να μην πτοηθείτε, αλλά να επιμείνετε με συνειδητή λογική διαχείριση (διαδικασία συν-χώρεσης) μέχρις ότου ανακουφιστείτε!

**γ4)** Παίρνετε ένα καρβέλι ψωμί και ενεργείτε πάνω του κατά τα γνωστά. Όμως, ούτε αυτό μπορεί να καεί ολόκληρο για τεχνικούς λόγους!

**ΓΕΝΙΚΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ:** τόσο οι γλυκοπατάτες, όσο και το ψωμί, ανάλογα με το σχήμα τους, μπορούν να λειτουργούν τόσο σαν φαλλικά σύμβολα (π.χ. επιμήκη, όπως οι φρατζόλες) όσο και σαν αιδοϊκά σύμβολα (π.χ. σφαιρικά, όπως τα καρβέλια). Ενεργείτε πάνω σε αυτά με τους γνωστούς τρόπους που σας παρουσίασα ήδη, χωρίς όμως το κομμάτι της τουαλέτας.

- Οι κόκκινες και οι κίτρινες μεγάλες πιπεριές μπορούν επίσης να έχουν σχήμα είτε φαλλικού, είτε αιδοϊκού – θηλυκού συμβόλου!
- Όσα συνολικά προαναφέραμε ισχύουν και για τα κοκκινογούλια (παντζάρια) ως ψυχική γομολάστιχα!
- Στα παντζάρια, όταν είναι άβραστα, δεν γίνεται φάγωμα! Όμως, μπορεί να γίνεται φάγωμα, όταν είναι μαγειρεμένα. Οι διάφορες φάσεις της ψυχικής γομολάστιχας των παντζαριών (συμπεριλαμβανομένης της διαδικασίας της εκσπλάχνωσης), θα συνοδεύονται με τα ήδη επανειλημμένως γνωστά λόγια! Δώστε ιδιαίτερη έμφαση στην επιτέλεση της ψυχικής γομολάστιχας με τα παντζάρια, διότι αυτά έχουν χρώμα πλησιέστατο προς το χρώμα του αίματος και η σάρκα τους με εκείνη του σώματος!

**δ)** Παίρνετε μία από τις ρόγες από ένα σταφύλι, κατά προτίμηση σκούρου χρώματος όπως η θηλή του μαστού. Προτιμήστε το σταφύλι να έχει κουκούτσια (σπόρους) και κάνετε τις εξής ενέργειες:

- Πιπιλίζετε την κάθε ρόγα του σταφυλιού έντονα και με μεγάλη ενεργητικότητα, όπως κάνουν τα θηλάζοντα νεογνά και βρέφη με την θηλή του μαστού της μητέρας τους! Η κάθε ρόγα του σταφυλιού δηλαδή,



αναπαριστά συμβολικά την θηλή του μαστού της μητέρας σας! Με αυτό τον τρόπο ενεργοποιούνται όλες οι τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις κατάστασης φωτ/φίας A που προέρχονται από τη λεγόμενη δεκτική φάση του θηλασμού! Ακόμη βαθύτερα, ενεργοποιούνται και ανάλογες τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις κατάστασης φωτογραφίας A που προέρχονται από την ενδομήτρια ζωή του εμβρύου, όπου το έμβρυο πιπιλίζει το μεγάλο δάκτυλο του χεριού του! Η συμβολική αναπαράσταση όλων αυτών των απωθημένων λειτουργεί ως ψυχική γομολάστιχα! (δείτε σχετική εικόνα προηγούμενης)

- Ακολουθως, δαγκώνετε με αλληπάλληλες δαγκωματιές τη σάρκα κάθε ρόγας σταφυλιού, ενώ παράλληλα την πιπιλίζετε με μεγάλη ενεργητικότητα! Με αυτό τον τρόπο ενεργοποιούνται όλες οι τοξικές – οδυνηρές αναμνήσεις κατάστασης φωτογραφίας A που προέρχονται από τη λεγόμενη δηκτική ή καταβροχθιστική ή καννιβαλιστική φάση του θηλασμού! Αυτή η δηκτική φάση του θηλασμού διαρκεί από την ηλικία των 6 μηνών μεταγενέθλιας ζωής και μεταγενέστερα εφόσον το βρέφος θηλάζει! Συμπίπτει χρονικά με την ανατολή των πρώτων δοντιών του βρέφους. Πρόκειται για σαδιστική κατάσταση, κατά την οποία το βρέφος ξεσκίζει – τεμαχίζει την θηλή του μαστού της μητέρας του! Αυτές οι τεμαχιστικές – σαδιστικές εμπειρίες του βρέφους ανάγονται και επικάθονται ενισχυτικά στις αναμνήσεις των τεμαχιστικών βιωμάτων του, εξαιτίας της απορριπτικής μήτρας, στο βαθμό που αυτές υπάρχουν! Η συμβολική αναπαράσταση όλων αυτών των απωθημένων, μέσω της κάθε δαγκωματιάς στις ρόγες του σταφυλιού, λειτουργεί ως ψυχική γομολάστιχα! Δείτε και όσα είπαμε μέχρι τώρα για το μάσημα – φάγωμα!

- Τα κουκούτσια (οι σπόροι) του σταφυλιού είναι τα έμβρυα του σταφυλιού. Το μάσημά τους αναπαριστά συμβολικά το κατακερματιστικό βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου του ανθρώπου από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα. Η αίσθηση του εμβρύου είναι ότι βρίσκεται μέσα σε ένα στόμα που το μασάει – κατασπαράζει και θέλει να ανταποδώσει τα ίδια (ο νόμος της ταυτανταπόδοσης – the revenge machine), αλλά δεν μπόρεσε ποτέ μέχρι τώρα! Άρα, κρατάει το βίωμα και το στρέφει ενάντια στον εαυτό του! Δεν είναι απαραίτητο να καταπίνετε τα μασημένα κουκούτσια. Μπορείτε να τα φτύνετε μετά τη μάσηση.

- Μπορείτε επίσης, να συνθλίβετε τα κουκούτσια (τους σπόρους) των σταφυλιών ένα-ένα με πένσα ή πολλά μαζί με ένα γουδοχέρο. Συμβολικά –αναπαραστατικά ισχύουν ακριβώς τα ίδια, όπως τα είπαμε σχετικά με τους σπόρους του αχλαδιού και του μήλου, του καρπουζιού και πεπονιού, επίσης!

- Τέλος, μπορείτε να κάψετε με πράσινο οινόπνευμα τους σπόρους των σταφυλιών, κατά τη γνωστή συλλογιστική!

- Κατά τη διάρκεια των επιμέρους φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με τις ρόγες από σταφύλια σκούρου χρώματος με κουκούτσια (σπόρους), θα λέτε τα ίδια ακριβώς, τα οποία σας υπέδειξα να λέτε κατά τη διάρκεια των

ψυχικών γομολαστίχων με τις τομάτες, τις μελιτζάνες (φλάσκες και επιμήκεις), τις μεγάλες πιπεριές (κόκκινες και κίτρινες, σφαιρικές και επιμήκεις), τα μήλα και τα αχλάδια, τα καρπούζια και τα πεπόνια επίσης. Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

▪ Η ψυχική γομολάστιχα με τις ρόγες από σταφύλια σκούρου χρώματος με κουκούτσια (σπόρους) αναφέρεται σε πολύ βαθιά στρώματα του ανθρώπινου ψυχισμού (της προσωπικότητας) και γι' αυτό μπορεί να εκδηλωθούν ισχυρές αντιστάσεις ή θεραπευτικές αντιδράσεις απέναντί της! Σε αυτές τις περιπτώσεις, σφίξτε τα δόντια και με συνειδητή Λογική διαχείριση εφαρμόστε αυτήν, αποφασισμένοι να επιβληθείτε στον εσωτερικό σας σαμποτέρ! Μάλιστα εφαρμόστε αυτήν πολλές φορές, αλληπάλληλες μέχρι να ανακουφιστείτε!

▪ Ο άνθρωπος πέρα από οτιδήποτε άλλο είναι τελικά μία σπίθα βούλησης, που αποφασίζει – επιλέγει τι θα κάνει με τον εαυτό-Εαυτό του! Αυτή η σπίθα βούλησης είναι τμήμα της μεγάλης Φλόγας βούλησης ΓΙΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗ που είναι ο Θεός! Λοιπόν, ενεργοποιήστε αυτήν με διαδικασία συν-χώρεσης της αντίστασης, θα ωφεληθείτε! Ο άνθρωπος είναι Λόγος αυτοκίνητος και αυτοπροσδιοριζόμενος! Είναι επίσης, ένα ζώο το οποίο μπορεί, αν θέλει, να αυτοεξημερώνεται και να αυτοθεώνεται! Ο άνθρωπος αποτελείται από μέρος ζωώδες, από μέρος ανθρώπινο και από μέρος θεϊκό!

## ΣΥΝΟΠΤΙΚΑ

Οι ψυχικές γομολάστιχες των φρουτολαχανικών και της κουζίνας περιλαμβάνουν τα εξής στάδια:

- Ξεφλούδισμα
- Τρύπημα
- Τεμάχισμα
- Σύνθλιψη
- Φάγωμα επιλεκτικά
- Κάψιμο

Σας κάνω ό,τι μου κάνατε.....  
Τα ειδικά λόγια για το κάψιμο  
Ευλογώ και φωτίζω.....  
Διαδικασία της συνχώρεσης

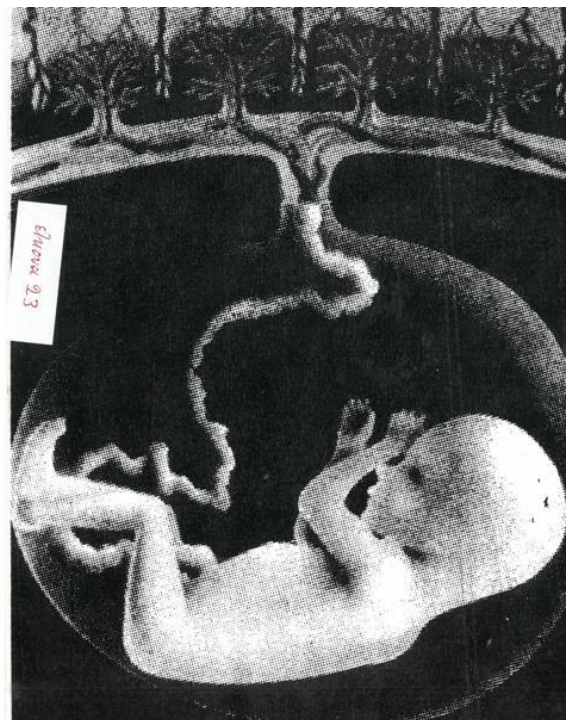
Νόμος της Αποδοχής! Επίσης,  
έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ  
και η Αγάπη αυτού που είστε  
κλείνουν την εκκρεμότητα που  
λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΑΥΓΟ

Το αυγό δεν φρουτολαχανικό, αλλά με το σχήμα του υπάγεται στα αιδοϊκά – θηλυκά σύμβολα με αναγωγή στη μήτρα – μητέρα!

- Η όλη του κατασκευή παραπέμπει στη μήτρα και στο περιεχόμενό της!
- Έχει ένα εξωτερικό περίβλημα (το τσόφλι του) το οποίο παραπέμπει συμβολικά – αναπαραστατικά στη μήτρα. Το περίβλημα από μέσα του έχει τις κατάλληλες μεμβράνες που παραπέμπουν συμβολικά – αναπαραστατικά στις μεμβράνες που περιβάλλουν το ανθρώπινο έμβρυο (π.χ. στον αμνιακό σάκο) και το υπόλοιπο περιεχόμενό του είναι ένα εν δυνάμει έμβρυο! Δείτε την παρακείμενη εικόνα.

Εικόνα εμβρύου με  
ΟΜΦΑΛΙΔΑ & ΠΛΑΚΟΥΝΤΑ,  
μέσα σε αμνιακό σάκο



Λοιπόν:

- Παίρνετε ένα αυγό και το βράζετε έτσι ώστε να στερεοποιηθεί το περιεχόμενό του. Έτσι, κάνετε συμβολικά – αναπαραστατικά στην θυμωμένη – απορριπτική μήτρα ό,τι σας έκανε, δηλαδή βράσιμο – κάψιμο! Το ίδιο ισχύει και για τα μεμβρανώδη περιβλήματα του ανθρώπινου εμβρύου μέσα στη μήτρα, πχ τον αμνιακό σάκο, του οποίου έχει αντίληψη το ανθρώπινο έμβρυο! Η αντίληψη αυτή του εμβρύου φορτίζεται με ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α, από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα!
- Ακολουθως, συντρίβετε το τσόφλι του αυγού όπως σας σύντριψε η απορριπτική – θυμωμένη μήτρα, το αφαιρείτε όπως σας έγδαρε, και τέλος το τοποθετείτε μέσα στο γουδί όπου το κατασυντρίβετε με το γουδοχέρο, όπως σας κατασύντριβε η θυμωμένη – απορριπτική μήτρα – ομφαλίδα!
- Κατόπιν, τη σκόνη που έγινε το τσόφλι – μήτρα την καίτε με πράσινο οινόπνευμα κατά τα γνωστά, όπως ακριβώς σας έκαψε και η μήτρα κατά το απορριπτικό βίωμα!

- Μετά, ρίχνετε την καμένη σκόνη στη λεκάνη της τουαλέτας, την «πυροβολείτε» με ελαφρά και με βαρέα όπλα και τραβάτε το καζανάκι!

**ΣΕΙΡΑ ΕΧΕΙ ΤΩΡΑ** το στερεοποιημένο λόγω βρασμού περιεχόμενο του αυγού:

- Παίρνετε το στερεοποιημένο αυγό (χωρίς το τσόφλι) και το τρυπάτε με καρφίτσα ή με πρόκα ή με μυτερό μαχαίρι, κατά τα γνωστά και για τους γνωστούς ήδη λόγους σε ανάλογες καταστάσεις.
- Ακολουθώντας, τεμαχίζετε το στερεοποιημένο αυγό σε πολλά τεμάχια, με τον ήδη γνωστό τρόπο, για τους ίδιους γνωστούς λόγους.
- Κατόπιν, τρώτε – μασάτε τα τεμάχια με τον ήδη γνωστό τρόπο, για τους ίδιους γνωστούς λόγους.
- Μετά, παίρνετε ένα καινούριο ξεφλουδισμένο – στερεοποιημένο αυγό και το συνθλίβετε με πένσα ή με σφυρί, με τον ήδη γνωστό τρόπο, για τους ίδιους γνωστούς λόγους.
- Ακολουθώντας, παίρνετε ένα καινούριο ξεφλουδισμένο – στερεοποιημένο αυγό και μαζί με τα υπολείμματα από τη σύνθλιψη τα ρίχνετε μέσα σε φλόγες από καιόμενο πράσινο οινόπνευμα, κατά τα γνωστά και για τους ήδη γνωστούς λόγους.

**Σημείωση:** το στερεοποιημένο από βρασμό αυγό δύσκολα καίγεται, αλλά είναι θεραπευτικό να το βλέπετε μέσα στις φλόγες, για τους ήδη γνωστούς λόγους.

▪ Κατά τη διάρκεια των επιμέρους φάσεων της ψυχικής γομολάστιχας με το αυγό, θα λέτε τα ίδια ακριβώς, τα οποία σας υπέδειξα να λέτε κατά τη διάρκεια των ψυχικών γομολαστίχων με τις τομάτες, τις μελιτζάνες (φλάσκες και επιμήκεις), τις πιπεριές (κόκκινες και κίτρινες, στρογγυλές και επιμήκεις), τα μήλα, τα αχλάδια, τα καρπούζια και τα πεπόνια και τις ρόγες από σκούρα σταφύλια με κουκούτσια (σπόρια). Έτσι, ολοκληρώνεται η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

▪ Η ψυχική γομολάστιχα με το αυγό αναφέρεται σε πολύ βαθιά στρώματα του ανθρώπινου ψυχισμού (της προσωπικότητας) και γι' αυτό μπορεί να εκδηλωθούν ισχυρές αντιστάσεις ή θεραπευτικές αντιδράσεις απέναντί της! Σε αυτές τις περιπτώσεις, σφίξτε τα δόντια και με συνειδητή Λογική διαχείριση εφαρμόστε αυτήν, ούτως ώστε να επικρατήσετε εσείς και όχι ο εσωτερικός σας σαμποτέρ! Μάλιστα επαναλάβετε αυτήν πολλές φορές, αλλεπάλληλες μέχρι να ανακουφιστείτε! Ο άνθρωπος πέρα από οτιδήποτε άλλο είναι τελικά μία σπίθα βούλησης, που αποφασίζει – επιλέγει τι θα κάνει με τον εαυτό-Εαυτό του! Αυτή η σπίθα βούλησης είναι τμήμα της μεγάλης Φλόγας ΒΟΥΛΗΣΗΣ ΓΙΑ ΕΚΔΗΛΩΣΗ που είναι ο Θεός! Λοιπόν, ενεργοποιείστε αυτήν, θα ωφεληθείτε! Ο άνθρωπος

είναι Λόγος αυτοκίνητος και αυτοπροσδιοριζόμενος! Είναι επίσης, ένα ζώο το οποίο μπορεί, αν θέλει, να αυτοεξημερώνεται και να αυτοθεώνεται!

### **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΡΥΟΘΡΑΥΣΤΗ.**

Η ψυχική αυτή γομολάστιχα εντάσσεται στο γενικό πλαίσιο του μαγειρείου ως ψυχοθεραπευτικής διαδικασίας!

- Λοιπόν, κατ' αρχήν παίρνετε έναν καρυοθραύστη και κατόπιν παίρνετε ξηρούς καρπούς, όπως: καρύδια, αμύγδαλα, φουντούκια κλπ. Οι ξηροί καρποί είναι τα έμβρυα των αντίστοιχων φυτών. Την μεγαλύτερη θεραπευτική χρησιμότητα έχουν τα καρύδια και τα αμύγδαλα.
- Τοποθετείτε ένα-ένα τα καρύδια ή τα αμύγδαλα μέσα στον καρυοθραύστη. Ακολουθώντας, σπάζετε με τη βοήθεια του καρυοθραύστη το εξωτερικό περίβλημα του κάθε ξηρού καρπού. Αυτή η πράξη αναπαριστά συμβολικά την απόρριψη του ανθρώπινου εμβρύου. Με την συντριβή των ξηρών καρπών, ιδίως των καρυδιών, συντριβούμε συμβολικά το κρανίο όσων μας έχουν βλάψει, ιδίως, αν υπήρξε σε εμάς δυσχέρεια τοκετού και σύνθλιψη της κεφαλής μας στον γεννητικό σωλήνα! Κατόπιν, ξεχωρίζετε το σπασμένο περίβλημα από τον καρπό. Ο καρπός ειδικότερα του καρυδιού θυμίζει διαμόρφωση ανθρώπινου εγκέφαλου!
- Ακολουθώντας, παίρνετε τον ξηρό καρπό και τον μασάτε. Αν θέλετε τον τρώτε, αν δεν θέλετε τον φτύνετε. Σημασία έχει το μάσημα. Αυτό αναπαριστά την απόρριψη του εμβρύου από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα. Σας θυμίζω όσα σχετικά έχουμε πει προηγουμένως.



Εικόνα εγκεφάλου εκ των άνω

- Κατόπιν, παίρνετε άλλους ξηρούς καρπούς καθαρισμένους από το περίβλημά τους και τους συνθλίβετε είτε με πένσα, είτε με κοπάνισμα σε γουδί. Ειδικότερα μέσα στο γουδί προσθέτετε επίσης, και περιβλήματα του καρπού σπασμένα, όπως είπαμε στην αρχή. Τώρα, κοπανίζετε με το γουδόχερο τον καρπό και τα σπασμένα περιβλήματά του.

• Συμβολικά, όλα αυτά αναπαριστούν την μήτρα και την ομφαλίδα να κατασυντρίβουν το απορριπτόμενο έμβρυο! Σας παραπέμπω και στα προηγούμενα, όπου μιλήσαμε για τις συμβολικές σημασίες του γουδόχερου!

- Ακολούθως, παίρνετε την κοπανισμένη σκόνη από το γουδί και αναμιγνύετε αυτήν με σπασμένα περιβλήματα καρπού και με ακέραιους καθαρισμένους καρπούς, πχ καρυδιού ή αμύγδαλου ή φουντουκιού κλπ. Μία παραλλαγή του θρυμματισμού των ξηρών καρπών είναι να τους τοποθετήσετε στο μίξερ και να τους κατακερματίσετε, κάνοντάς τους σκόνη.

- Κατόπιν, καίτε το προαναφερθέν μείγμα με πράσινο οινόπνευμα, κατά τα γνωστά! Εστιάζετε το βλέμμα σας στη φλόγα κατά την καύση! Σας θυμίζω ότι αυτό πρέπει να γίνεται σε όλες τις καύσεις, κατά την επιτέλεση των ψυχικών γομολαστίχων! Η συλλογιστική είναι η ίδια με όσα έχουμε πει προηγουμένως.

- Τα αποκαΐδια – τις στάχτες, μάλλον δεν πρέπει να τις ρίχνετε στην αποχέτευση μέσω της λεκάνης της τουαλέτας, διότι αν δεν έχουν αποτεφρωθεί πλήρως, μπορεί να βλάψουν την αποχέτευση! Αν όμως θελήσετε να το πράξετε, ακολούθως πυροβολείτε τα αποκαΐδια στη λεκάνη με ελαφρά και με βαρέα όπλα! Κατόπιν τραβήξτε το καζανάκι χωρίς να αποστρέψετε το βλέμμα από τον σίφωνα απορροής στη λεκάνη! Σας θυμίζω ότι τούτο πρέπει να γίνεται σε όλες τις ψυχικές γομολαστίχες που περιλαμβάνουν αυτή τη φάση!

- Κατά τη διάρκεια όλων των φάσεων αυτής της ψυχικής γομολαστίχας θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε.....κλπ»
- Όλα τα λόγια τα ειδικά για το κάψιμο! Δες καύση φακέλλων και λουκάνικων.
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....κλπ»
- Τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης=εγώ είμαστε – εμείς είμαι = κβαντική κατάσταση συνύπαρξης, μαζί με τις δύο προσθήκες της (δες αριθ.11, στο 4ο κεφάλαιο, 1ου μέρους). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής καθώς έχουμε προειπεί, κατ' επανάληψη μέχρι τώρα!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

- ❖ **Σημείωση 1η:** αν είναι ανέφικτο αντικειμενικά να γίνει κάποια από τις ψυχικές γομολάστιχες που αναφέρονται στα θηλυκά σύμβολα, τότε μπορείτε να τις κάνετε νοερά-οραματικά με τη φαντασία σας! Μπορεί να διαπιστώσετε ότι ανακουφίζεστε ουσιαστικά! Δοκιμάστε λοιπόν, όταν χρειαστεί!
- ❖ **Σημείωση 2η:** Μπορείτε να κάνετε τις ψυχικές γομολάστιχες σε συνδυασμούς μεταξύ τους, πχ τομάτες ή πιπεριές σε συνδυασμό με πράσο ή με φάκελο ή με τα σχήματα των παραμορφωμένων ανδρείκελων, αρσενικών ή θηλυκών, καθώς και άλλων συνδυασμών, κατά την έμπνευσή σας! Τα παραμορφωμένα ανδρείκελα μπορείτε να τα παρασκευάσετε και με πλαστελίνη, ροζ ή κόκκινη ή μαύρη! Δείτε σχετικά στο επόμενο κεφάλαιο.

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5ο

### Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΠΛΑΣΤΕΛΙΝΕΣ

ΑΡΧΙΚΑ σας λέγω ότι μπορούμε να χρησιμοποιούμε πλαστελίνες με τα εξής χρώματα: κόκκινο, ροζ, μαύρο, καφέ, μπλε, πράσινο, κίτρινο και πορτοκαλί (σχετικό με το χρώμα του καρότου).

**1)** Για ξεκίνημα παίρνουμε κατά προτίμηση χρώμα ροζ ή κόκκινο, δηλαδή της σάρκας, και ακολούθως χρώμα μαύρο, που συμβολίζει όλο το «κακό» ενεργειακό δυναμικό φωτ/φίας Α που έχει αθροιστεί μέσα μας! Μετά, χρησιμοποιούμε τα υπόλοιπα χρώματα, ανάλογα με τις εμπειρίες μας!

- Λοιπόν, παίρνουμε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα ξεχωριστά και αρχίζουμε να το συνθλίβουμε με το χέρι μας. Η σύνθλιψη αυτή αναπαριστά συμβολικά τη σύνθλιψη του εμβρύου από τη μήτρα και κατά τη διάρκεια του τοκετού!

Η σύνθλιψη του εμβρύου κατά τη διάρκεια του τοκετού ισχύει ιδιαίτερα, όταν ο τοκετός υπήρξε δύσκολος και παρατεταμένος, με αποτέλεσμα να ταλαιπωρηθεί το έμβρυο και να εγγράψει μέσα του συναισθηματικά σκουπίδια κατάστασης φωτογραφίας Α! Επίσης αναπαριστά συμβολικά όλες τις συνθλίψεις που μας προκάλεσαν μέχρι τώρα η οικογένεια και η κοινωνία ως περιβάλλουσα αρχή-απορριπτική – θυμωμένη μήτρα!

**2)** Κατόπιν

- Παίρνουμε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα και πλάθουμε με αυτό ένα γουρουνάκι. Δεν χρειάζεται καλλιτεχνία, αρκεί να μοιάζει με γουρούνι! Το γουρούνι, ιδίως όταν είναι μαύρο αναπαριστά συμβολικά όλα τα συναισθηματικά σκουπίδια μέσα μας, όλα τα ανασταλτικά μας συναισθήματα (αναστολές μας) κατάστασης φωτογραφίας Α, π.χ. αίσθημα αδικίας, συγκρατημένος θυμός, οργή, πόνοι

ψυχικοί και σωματικοί.

- Ακολουθώντας, συνθλίβουμε με το χέρι μας συμβολικά το γουρουνάκι, ως αναπαράσταση της σύνθλιψης από την απορριπτική μήτρα – οικογένεια–κοινωνία, ως περιβάλλουσα αρχή!

- Κατόπιν, ξαναπλάθετε το γουρούνι.

- Μετά, τρυπάτε το γουρούνι με καρφίτσα ή με πρόκα ή με μυτερό μαχαίρι, ως αναπαράσταση συμβολικά του βιώματος του εμβρύου ότι το τρυπών πυρωμένα καρφιά, όταν απορρίπτεται από την θυμωμένη μήτρα – ομφαλίδα ή κατά τον δύσκολο – παρατεταμένο – εργώδη τοκετό!

Η ανακούφιση – ψυχική κάθαρση παράγεται κατά τα γνωστά, που σας ανέφερα στις προηγούμενες ψυχικές γομολάστιχες!

Το ίδιο συμβαίνει και με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες με πλαστελίνη, οι οποίες θα περιγραφούν παρακάτω. Σε όλες αυτές τις ψυχικές γομολάστιχες αποδυναμώνεται (εξασθενεί) η ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Α μέσα μας και ενδυναμώνεται (ισχυροποιείται) η ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Β μέσα μας!

▪ Παρεμπιπτόντως, δράττομαι της ευκαιρίας να σας προσθέσω τα εξής γενικώς ισχύοντα: οι ψυχικές γομολάστιχες είναι συμβολικές λειτουργίες που απελευθερώνουν τον άνθρωπο από τα εσωτερικά βάσανά του! Είναι ένα μέσο αντίστασης στις δυστυχίες του παρόντος και στην απειλή της ανυπαρξίας!

▪ Ο άνθρωπος μπορεί να βγαίνει από τα εσωτερικά βάσανά του με τον παρακάτω συνδυασμό θεραπευτικών εργαλείων:

**α)** με συνειδησιακά εργαλεία- εργαλεία ΓΝΩΣΗΣ

**β)** με ψυχικές γομολάστιχες

**γ)** με την διαδικασία της συν-χώρεσης και εξισορρόπησης (δες προηγούμενα). Επίσης όταν λέει τον Νόμο της Αποδοχής κατά τα ήδη γνωστά! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**δ)** με την συνειδητή Λογική διαχείριση όλων αυτών!

Έτσι, ο άνθρωπος απελευθερώνει μέσα του τις δυνάμεις του και τις δυνατότητές του, δηλαδή την κατάσταση φωτογραφίας Β μέσα του! Το ζήτημα ολοκληρώνεται με συστηματική ψυχοθεραπεία, γιατί τα πραγματικά ψυχικά προβλήματα δεν λύνονται επιφανειακά!

- Μετά, τεμαχίζετε με μαχαίρι (το ήδη τρυπημένο γουρούνι) ως αναπαράσταση συμβολικά του τεμαχιστικού βιώματος (κατασπαράγματος) του εμβρύου από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα – ομφαλίδα ή κατά τον δύσκολο – παρατεταμένο – εργώδη τοκετό, όπου αισθάνεται ότι βρίσκεται στα σαγόνια ενός καρχαρία (δείτε την σχετική εικόνα στην αρχή των ψυχικών γομολαστίχων).

Ο τοκετός με εμβρυουλκία είναι ένας παρόμοιος, πολύ επικίνδυνος τοκετός! Είναι επίπονος, χρονοβόρος και επικίνδυνος τοκετός! Η εμπειρία του εντυπώνεται στον εγκέφαλο ως πρότυπο διδαγμένης αντίληψης προς



αναπαραγωγή του, είτε ενδοστρεφώς (οπότε προκύπτει αυτοκατασπαράγμός-κατάθλιψη), είτε εξωστρεφώς (οπότε κατασπαράζονται άλλοι)!

Η ανακούφιση – ψυχική κάθαρση παράγεται κατά τα γνωστά, που σας ανέφερα στις προηγούμενες ψυχικές γομολάστιχες!

- Κατόπιν, ξαναπλάθετε το γουρούνι.

- Ακολουθώς, συνθλίβετε με πένσα ή με σφυρί, ως αναπαράσταση της οδυνηρής σύνθλιψης της τρυφερής σάρκας και του υπερευαίσθητου δέρματος του εμβρύου από την απορριπτική - θυμωμένη μήτρα κατά τα γνωστά, από τις προηγούμενες ψυχικές γομολάστιχες!

- Τώρα, ξαναπλάθετε το γουρούνι.

- Μετά, καίτε το γουρούνι σε ζωηρή φλόγα από πράσινο οινόπνευμα μέσα σε ένα άδειο πήλινο δοχείο από γιαούρτι.

Η πλαστελίνη δεν καίγεται, αλλά όταν βλέπετε το γουρούνι (ιδίως το μαύρο) μέσα στις φλόγες προκύπτει ψυχική κάθαρση, κατά τα γνωστά, από τις προηγούμενες ψυχικές γομολάστιχες, λόγω συμβολικής αναπαράστασης του καυστικού βιώματος του εμβρύου από την θυμωμένη – απορριπτική του μήτρα! Δείτε σχετικά την εικόνα με τον άνθρωπο στις φλόγες, στην αρχή του 2ου μέρους.

- Κατά τη διάρκεια της διαδικασίας με το γουρούνι θα λέτε τα γνωστά:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Όλα τα λόγια της φωτιάς – της καύσης, κατά τα γνωστά.
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Τη διαδικασία της συν-χώρησης – αλληλοπεριχώρησης=εγώ είμαστε – εμείς είμαι, με όλες προσθήκες της (δες αριθ.11, στο 4ο κεφάλαιο, 1ου μέρους).

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

Λέγετε επίσης: γουρουνάκι σ' ευχαριστώ για το μάθημα που μου έδωσες και σε αποχαιρετώ με ΑΓΑΠΗ!

### 3) Κατόπιν,

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα και πλάθετε με αυτό ένα ποντίκι με μακριά ουρά. Δεν χρειάζεται καλλιτεχνία, αρκεί να μοιάζει με ποντίκι! Για ξεκίνημα παίρνετε κατά προτίμηση πλαστελίνη χρώματος ροζ ή κόκκινου, δηλαδή του χρώματος της σάρκας! Ακολουθώς, χρησιμοποιείτε χρώμα μαύρο που συμβολίζει όλο το «κακό» ενεργειακό δυναμικό φωτογραφίας Α, που έχει αθροιστεί μέσα σας. Μετά, χρησιμοποιείτε τα υπόλοιπα χρώματα.

**ΕΤΣΙ, ΜΕ ΤΙΣ ΠΑΡΟΥΣΕΣ, ΜΕ ΤΙΣ ΠΡΟΗΓΟΥΜΕΝΕΣ ΚΑΙ ΜΕ ΤΙΣ ΕΠΟΜΕΝΕΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ ΔΙΑΛΥΟΥΜΕ ΟΛΑ ΟΣΑ**

## ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΙΚΑ ΒΙΩΜΑΤΑ ΘΕΛΟΥΜΕ ΝΑ ΑΦΗΣΟΥΜΕ ΠΙΣΩ ΜΑΣ!

• Το ποντίκι, ιδίως όταν είναι μαύρο, αναπαριστά συμβολικά ό,τι βρώμικο, σιχαμερό, απεχθές και μαύρο σαν τον θάνατο συναισθηματικό σκουπίδι βρίσκεται μέσα μας! ΤΟ ΠΟΝΤΙΚΙ ΥΠΟΔΥΕΤΑΙ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΑΡΧΕΓΟΝΟΥΣ ΦΟΒΟΥΣ ΜΑΣ, ΟΛΑ ΤΑ ΑΡΧΕΓΟΝΑ ΒΑΣΑΝΑ ΜΑΣ, ΕΞΑΙΤΙΑΣ ΤΗΣ ΜΗΤΡΑΣ!

Ειδικότερα:

- το σώμα του ποντικιού αναπαριστά συμβολικά, λόγω σχήματος, την απορριπτική – θυμωμένη μήτρα.
- η ουρά του ποντικιού αναπαριστά συμβολικά, λόγω σχήματος, την απορριπτική – θυμωμένη ομφαλίδα – μαστίγιο, όσον αφορά την προγενέθλια κατάσταση! Όσο αφορά την μεταγενέθλια κατάσταση αναπαριστά συμβολικά την φασκιά με την οποία φασκιώθηκε, αν φασκιώθηκε, το νεογνό – άτομο!

• Όλα αυτά στα πλαίσια της εξής πραγματικότητας: το έμβρυο ενδομητρίως εγγράφει στον εγκέφαλό του οργανωτικά πρότυπα (δυναμικά στερεότυπα) σχέσεων χώρου, μορφής και λειτουργίας αναφορικά:

**α)** τόσο με τα τοιχώματα της μήτρας και με τον πλακούντα,

**β)** όσο και με την ομφαλίδα και με τις διατάξεις της, ως προς το έμβρυο! Με τις φασκίες ομοίως!

- Ακολουθώντας, συνθλίβετε με το χέρι σας συμβολικά το ποντίκι, ως αναπαράσταση της σύνθλιψης από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα – οικογένεια – κοινωνία, ως περιβάλλουσα αρχή! ΚΗΔΕΜΟΝΑΣ! Μαζί βεβαίως, συνθλίβεται και η απορριπτική ομφαλίδα και η φασκιά, η οποία ενδεχομένως σας σύνθλιψε – μαστίγωσε – πόνεσε!

- Κατόπιν, ξαναπλάθετε το ποντίκι.

- Μετά, τρυπάτε το ποντίκι με καρφίτσα ή με πρόκα ή με κατσαβίδι ή με μυτερό μαχαίρι, ως αναπαράσταση συμβολικά του βιώματος του εμβρύου ότι το τρυπούν πυρωμένα καρφιά, όταν απορρίπτεται από την μήτρα – ομφαλίδα ή κατά τον δύσκολο – παρατεταμένο – εργώδη τοκετό! Φυσικά, δεν παραλείπετε να τρυπήσετε την ουρά του ποντικιού, ως συμβολική ομφαλίδα-μαστίγιο και ως συμβολική φασκιά, αν έχετε φασκιωθεί ως νεογνά – βρέφη!

Η ανακούφιση – ψυχική κάθαρση παράγεται κατά τα γνωστά, που σας ανέφερα στις προηγούμενες ψυχικές γομολάστιχες! Όταν εξασθενεί ο κλέφτης της δύναμης (η κατάσταση φωτογραφίας Α) τότε δυναμώνει ο νοικοκύρης (η κατάσταση φωτογραφίας Β)!

- Μετά, τεμαχίζετε το ποντίκι με μαχαίρι με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το γουρούνι.

- Κατόπιν, ξαναπλάθετε το ποντίκι.

- Ακολουθώντας, συνθλίβετε το ποντίκι με πένσα ή με σφυρί, με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το γουρούνι.
- Κατόπιν, ξαναπλάθετε το ποντίκι.
- Μετά, καίτε το ποντίκι, με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το γουρούνι.
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Τα λόγια που αναφέρονται ειδικά στην καύση, όλες τις προτάσεις.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες της (δες αριθ.11, στο 4ο κεφάλαιο, 1ου μέρους). Θα λέτε επίσης τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα γνωστά ήδη!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ! Λέγετε επίσης: ποντικάκι σ' ευχαριστώ για το μάθημα που μου έδωσες και σε αποχαιρετώ με ΑΓΑΠΗ!

Σημείωση: όταν η επιτέλεση των προαναφερθεισών ψυχικών γομολαστίχων είναι αντικειμενικά ανέφικτη, τότε κάνετε αυτές νοερά, με τη φαντασία σας, οραματικά! Το ίδιο ισχύει και για τις επόμενες ψυχικές γομολάστιχες.

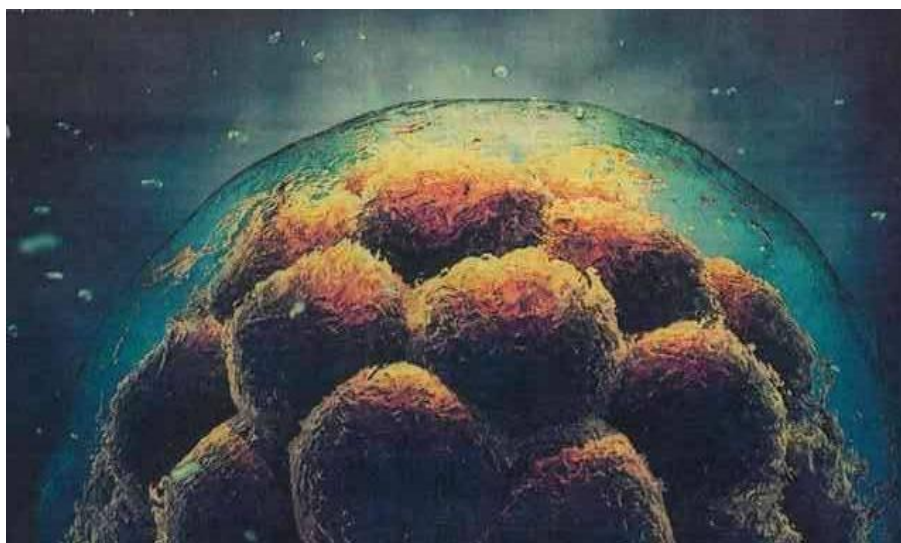
## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΑ ΜΑΤΙΑ**

### **4) Κατόπιν,**

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα και πλάθετε με αυτό ΕΝΑ ΖΕΥΓΑΡΙ ΜΑΤΙΑ, συμβολικά! Για ξεκίνημα παίρνετε κατά προτίμηση πλαστελίνη χρώματος ροζ ή κόκκινου, δηλαδή του χρώματος της σάρκας! Ακολουθώντας, χρησιμοποιείτε πλαστελίνη με χρώμα μαύρο που συμβολίζει όλο το «κακό» ενεργειακό δυναμικό φωτ/φίας Α, που έχει αθροιστεί μέσα σας. Μετά, χρησιμοποιείτε τα υπόλοιπα χρώματα.

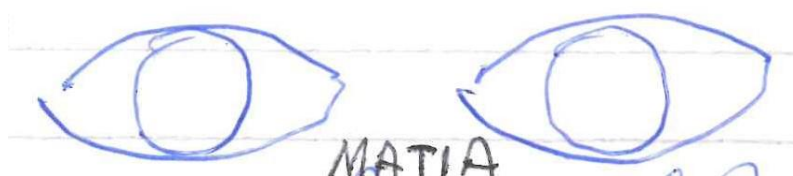
Δίνετε έμφαση στην μαύρη πλαστελίνη, αν τα μάτια της μητέρας σας είναι μαύρα! Δίνετε έμφαση στην καφέ πλαστελίνη, αν τα μάτια της μητέρας σας είναι καφέ! Δίνετε έμφαση στην μπλε ή στην πράσινη πλαστελίνη, αν τα μάτια της μητέρας σας είναι γαλανά ή πράσινα αντίστοιχα! Το ίδιο χρειάζεται να γίνει αν τα μάτια του πατέρα σας ή του παππού σας ή της γιαγιάς σας είναι μπλε ή πράσινα! Τέλος, χρειάζεται να ολοκληρώσετε την ψυχοκάθαρσή σας, δίνοντας έμφαση στην κίτρινη πλαστελίνη. Τούτο, διότι το έμβρυο, όταν αποτελείται κατά

την αρχέγονη φάση της ανάπτυξής του από λίγα κύτταρα, έχει κίτρινο χρώμα και το ΓΝΩΡΙΖΕΙ! Πρόκειται για καθαρή περίπτωση εξωαισθητηριακής αντίληψης! Δείτε την σχετική εικόνα που παραθέτω.



### Εικόνα μοριδίου με κίτρινο χρώμα

- Τα δύο μάτια που θα πλάσετε θα έχουν σχήμα αμυγδάλου, όπου θα χαραχτεί ένας κύκλος στο μέσον τους, ώστε να αναπαριστάται συμβολικά η κόρη. Δείτε τα σχετικά σχήματα που παρατίθενται:



Τα δύο μάτια από πλαστελίνη αναπαριστούν συμβολικά τα μάτια της μητέρας ή των συγγενών που ανατρέφουν το παιδί, καθώς προείπαμε. Τα μάτια της μητέρας κυρίως είναι η μετεξέλιξη του ματιού της μήτρας, δηλαδή το έμβρυο μέσα στη μήτρα αισθάνεται ότι ένα μάτι το παρακολουθεί συνεχώς, το εξετάζει και το κρίνει! Αν το έμβρυο είναι όπως η μήτρα το θέλει, τότε είναι αποδεκτό, η μήτρα είναι αποδεκτική και το έμβρυο αισθάνεται ότι είναι σε κατάσταση φωτογραφίας Β!

Αν το έμβρυο δεν είναι όπως η μήτρα το θέλει, τότε η μήτρα είναι θυμωμένη-απορριπτική για το έμβρυο, δηλαδή το πιέζει και του προκαλεί τα φρικτά βασανιστήρια που προαναφέραμε (όταν μιλούσαμε πχ για τα μπουκάλια ή για τον φάκελο κλπ). Επίσης οι ψυχοτραυματικές εμπειρίες της μητέρας μας μεταφέρονται σε εμάς μέσα από τον ψυχικό μηχανισμό της ταύτισης – μίμησης και της εσωτερίκευσης! Όσοι έχουν βίωμα απορριπτικής – θυμωμένης μήτρας, δεν αντέχουν το βλέμμα του άλλου, διότι νιώθουν δυσφορία και αδυναμία! Επίσης, όταν μας βλέπουν οι άλλοι, δύσκολα παρεκτρεπόμαστε! Πρβλε επιρροή

που ασκεί η φράση: «σε βλέπω»! Όλα αυτά κάνουν το έμβρυο να αισθάνεται σε κατάσταση φωτογραφίας Α. Έτσι, αρχίζει να σμιλεύεται ο χαρακτήρας μας, η προσωπικότητά μας με τις στρεβλώσεις της! Η πιο απλή – ελαφριά στρέβλωση της προσωπικότητας (του χαρακτήρα μας) είναι η εξής αντίδραση: «μη με κοιτάς ή μη με κοιτάτε διότι ντρέπομαι και κοκκινίζω, διότι αποδιοργανώνομαι όταν εκτίθεμαι στο βλέμμα του Άλλου ή των άλλων, ή ακόμη στον φακό της φωτογραφικής μηχανής (σύμβολο ματιού)»!

▪ Η απορριπτική – θυμωμένη μήτρα προκαλείται όταν το έμβρυο είναι ανεπιθύμητο, ακόμα όταν το φύλο του εμβρύου είναι ανεπιθύμητο, πχ ενώ είναι αγόρι, το θέλουν κορίτσι ή το αντίθετο! Επίσης, όταν η κυοφορούσα μητέρα έχει πολλά ψυχο-συναισθηματικά προβλήματα και δεν αντέχει συνειδητά ή υποσυνείδητα την ευθύνη της κυοφορίας, αλλά ούτε και τον εαυτό της! Προκαλείται ακόμα, όταν ο τοκετός είναι δύσκολος, παρατεταμένος και εργώδης, όπως πχ συμβαίνει σε ισχιακή προβολή. Επίσης, όταν υπάρχει περιέλιξη ομφαλίδας ή κοντή ομφαλίδα ή σε περίπτωση τοκετού με εμβρυουλκία κλπ. που δεν χρειάζεται να αναφερθούν εδώ!

▪ Παράλληλα, όταν το νεογνό ή το βρέφος θηλάζει στο μαστό της μητέρας του στρέφει το βλέμμα του ούτως ώστε να συναντά το βλέμμα (τα μάτια) της μητέρας του. Αυτή η συνάντηση των βλεμμάτων του νεογνού ή του βρέφους και της μητέρας του (δες τη σχετική φωτογραφία που παρατίθεται) έχει σαν συνέπεια τα εξής: Οι ψυχοτραυματικές εμπειρίες της μητέρας μας μεταφέρονται σε εμάς μέσα από τον ψυχικό μηχανισμό της ταύτισης – μίμησης και της εσωτερικεύσης, δηλαδή τις κάνουμε δικές μας, κομμάτι του εαυτού μας!



Όλα τα ψυχικά προβλήματα, όλοι οι φόβοι της μητέρας συνειδητοί ή υποσυνείδητοι, όλες οι στρεβλώσεις που η ίδια η μητέρα είχε προσλάβει με παρόμοιο τρόπο από την δική της μητέρα και από τα συμβάντα της ζωής της προσλαμβάνονται από το παιδί της! Προσλαμβάνονται μέσω της διασταύρωσης των βλεμμάτων τους, μέσω των ματιών τους! Ομοίως, φυσικά προσλαμβάνονται και ΤΑ ΨΥΧΙΚΑ ΠΡΟΣΩΝΤΑ της μητέρας!

▪ Ως γνωστόν, τα μάτια είναι τα παράθυρα της ψυχής! Όλα τα συναισθηματικά σκουπίδια που εισρέουν στο άτομο μέσω των ματιών και του βλέμματος της μητέρας μπορεί να εξουδετερώνονται, όταν κάνετε συμβολικά στα δύο μάτια που πλάσατε αναπαραστατικά με πλαστελίνη, τα εξής:

- Συνθλίβετε τα μάτια με το χέρι σας, όπως προηγουμένως με το γουρούνι και το ποντίκι και για τους ίδιους λόγους!

- Κατόπιν, ξαναπλάθετε τα μάτια.
- Μετά, τρυπάτε τα μάτια με καρφίτσα ή με πρόκα ή με κατσαβίδι ή με μυτερό μαχαίρι, με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το γουρούνι και το ποντίκι.
- Κατόπιν, τεμαχίζετε τα μάτια με μαχαίρι, με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το γουρούνι και το ποντίκι.
- Μετά, ξαναπλάθετε τα μάτια.
- Ακολούθως, καίτε τα μάτια με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το γουρούνι και το ποντίκι.
- Καθ' όλη τη διάρκεια της ψυχικής γομολάστιχας με τα ΜΑΤΙΑ θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Τα λόγια που αναφέρονται ειδικά στην καύση, όλες τις προτάσεις.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες της (δες αριθ.11, στο 4ο κεφάλαιο, 1ου μέρους). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής καθώς τον αναφέραμε ήδη κατ' επανάληψη!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

- Κάνετε όσες επαναλήψεις της ψυχικής γομολάστιχας χρειάζονται, για να ανακουφιστείτε!
- Αν εκδηλωθούν ισχυρές αντιστάσεις ως προς την επιτέλεση της ψυχικής γομολάστιχας με τα μάτια πλαστελίνης, μπορείτε να τις εξασθενήσετε με την εξής σταδιακή και προπαρασκευαστική προσέγγιση:  
Εκτυπώστε και κάνετε πολλά φωτοαντίγραφα στην εικόνα των ματιών του φιδιού ανακόντα στην οποία σας παραθέτω.



**εικόνα ματιών ανακόντα**

▪ Το φίδι παραπέμπει συμβολικά στην ομφαλίδα και τα μάτια του στο μάτι της μητέρας, κατά τα γνωστά!

▪ Αν η εκτύπωση είναι ανέφικτη, τότε σχεδιάστε τα μάτια του φιδιού σε ένα φύλλο χαρτιού. Τα σχεδιασμένα μάτια μπορεί να είναι είτε μαυρόασπρα, είτε χρωματιστά, όπως στην εικόνα. Όσοι είχατε γονείς ή κοντινούς συγγενείς με γαλανά ή με πράσινα μάτια, χρωματίστε τα σχεδιασμένα μάτια ανάλογα, γαλανά ή πράσινα!

▪ Ακολουθως:

- Τρυπάτε τα μάτια με καρφίτσα ή με πρόκα, κατά τα ήδη γνωστά, καθώς επίσης και ολόκληρο το κεφάλι του φιδιού με έμφαση στο μεσόφρυο (ανάμεσα στα μάτια του)!

- Τεμαχίζετε τα μάτια με ψαλίδι ή με τα χέρια σας, όπως επίσης το κεφάλι του φιδιού, κατά τα ήδη γνωστά.

- Καίτε τα κομμένα τεμάχια και όλη την εικόνα, κατά τα ήδη γνωστά. Παρακολουθήστε την φωτιά χωρίς να αποστρέψετε το βλέμμα από αυτήν!

- Ρίχνετε τις στάχτες στη λεκάνη της τουαλέτας και «πυροβολείτε» αυτές με ελαφρά και βαρέα όπλα! Κατόπιν, τραβάτε το καζανάκι της τουαλέτας και παρακολουθείτε με το βλέμμα, τον σίφωνα απορροής μέσα στη λεκάνη.

- Κάνετε επανάληψη αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, μέχρι να νιώσετε ικανοί να επιτελέσετε και την ψυχική γομολάστιχα των ματιών από πλαστελίνη. Σημειωτέον ότι όλα αυτά μπορεί να ισχύουν και αντίστροφα! Τέλος, μπορείτε να κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης της εκδηλουμένης αντίστασης!

- Καθ' όλη τη διάρκεια των παραπάνω ψυχικών γομολαστίχων θα λέτε:

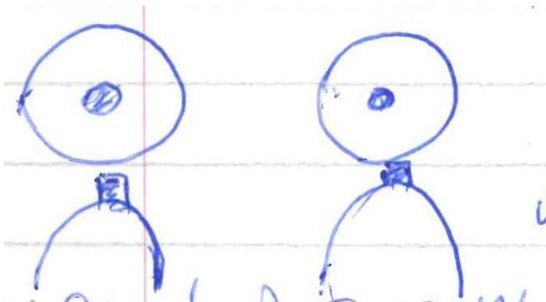
- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Τα λόγια που συνοδεύουν ειδικά την καύση, όλες τις προτάσεις.
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες της, κατά τα γνωστά (δείτε αμέσως προηγούμενα). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΥΣ ΜΑΣΤΟΥΣ**

**5)** Κατόπιν, παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα και πλάθετε με αυτό ένα ποντίκι με μακριά ουρά. Δεν χρειάζεται καλλιτεχνία, αρκεί να μοιάζει με ποντίκι! Για ξεκίνημα, το χρώμα της πλαστελίνης να είναι κατά προτίμηση ροζ ή κόκκινο, όπως το χρώμα της σάρκας! Ακολουθώντας, το χρώμα της πλαστελίνης να είναι μαύρο που συμβολίζει όλο το «κακό» ενεργειακό δυναμικό φωτογραφίας Α, που έχει αθροιστεί μέσα σας. Μετά, χρησιμοποιείτε τα υπόλοιπα χρώματα, κατά τα γνωστά, ιδίως το γαλάζιο ή το πράσινο χρώμα, όταν η μάνα ή ο πατέρας έχουν αντίστοιχο χρώμα ματιών.

- Λοιπόν, με το κομμάτι της πλαστελίνης σας με τα προαναφερθέντα χρώματα ΠΛΑΘΕΤΕ ΕΝΑ ΖΕΥΓΑΡΙ ΜΑΣΤΩΝ ΣΥΜΒΟΛΙΚΑ! Το πλάσιμο των συμβολικών μαστών να γίνει σε θέση κατά μέτωπον και σε θέση πλάγια! Δείτε τα σχετικά σχήματα που παρατίθενται.



κατά μέτωπον αναπαράσταση μαστών

πλάγια αναπαράσταση μαστών

Η εμπειρία του νεογνού – βρέφους που θηλάζει είναι στενότερα συνδεδεμένη με την εμπειρία του από την διασταύρωση του βλέμματός του με εκείνο της μητέρας του! Δείτε τη σχετική εικόνα στα μόλις προηγούμενα για τα μάτια.

▪ Λοιπόν, κάνετε στους συμβολικούς μαστούς που πλάσατε αναπαραστατικά, τα παρακάτω:

- Σύνθλιψη με το χέρι σας, όπως προηγουμένως με τα μάτια και για τους ίδιους λόγους.
- Ξαναπλάθετε τους μαστούς.
- Τρύπημα των μαστών, με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τα μάτια.
- Τεμάχισμα των μαστών, με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τα μάτια.

**ΠΑΡΕΝΘΕΣΗ:** Ο θηλασμός μετά τον 6ο μεταγενέθλιο μήνα παίζει κρίσιμο ρόλο



στην εξέλιξη της προσωπικότητας, διότι το έμβρυο βγάζει τότε τα πρώτα του δόντια. Με τα δόντια του ξεσκίζει – τεμαχίζει – κατασπαράζει την θηλή του μαστού της μητέρας του και κατ' επέκταση και όλη την μητέρα, την οποία, τότε, δεν μπορεί να διαχωρίσει από τον εαυτό του, οπότε έχει την αίσθηση ότι αυτοκατασπαράζεται! Είναι η λεγόμενη δηκτική – καταβροχθιστική – καννιβαλιστική φάση του θηλασμού και αποτελεί μέρος της λεγόμενης σαδιστικής – πρωκτικής φάσης της εξέλιξης της προσωπικότητας του παιδιού. Τα τεμαχιστικά βιώματα μητέρας – παιδιού της (κατασπαράγματος και αυτοκατασπαράγματος) θυμίζουν και επικάθονται ενισχυτικά πάνω στα τεμαχιστικά βιώματα κατασπαράγματος και αυτοκατασπαράγματος από την θυμωμένη – απορριπτική μήτρα, αν υπάρχουν και δυναμώνουν – ενισχύουν τη δύναμη των σχετικών οργανωτικών προτύπων! Κοντά σε αυτά αναπαράγονται και ενισχύονται και τα υπόλοιπα βιώματα της θυμωμένης – απορριπτικής μήτρας, όπως το τρύπημα με πυρωμένα καρφιά, η σύνθλιψη του εμβρύου και της σάρκας του, το καυστικό βίωμα επίσης! Όλα αυτά διαπλέκονται και αλληλοσυνδέονται, καθώς επίσης τον ένα θυμίζει και φέρνει το άλλο!

Η γενική αίσθηση που έχει το παιδί μέσα στη μήτρα και κατά τη δηκτική-καταβροχθιστική – καννιβαλιστική φάση του θηλασμού είναι σαν να βρίσκεται μέσα σε ένα στόμα που το μασάει με τα δόντια του! Έτσι, ο σαδιστής είναι κατά βάθος μαζοχιστής, με βιώματα κατασπαράγματος και αυτοκατασπαράγματος. Δείτε και αμέσως παρακάτω την ψυχική γομολάστιχα. Κλείνει η ΠΑΡΕΝΘΕΣΗ.

- Ξαναπλάθετε τους μαστούς.
- Σύνθλιψη των μαστών με πένσα κλπ. με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τα μάτια.
- Ξαναπλάθετε τους μαστούς.
- Κάψιμο των μαστών με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τα μάτια.
- Κάνετε όσες επαναλήψεις της ψυχικής γομολάστιχας χρειάζονται για να ανακουφιστείτε! Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται ειδικά στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Τη διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες της, κατά τα γνωστά (δείτε σχετικά στο πρώτο μέρος του παρόντος οδηγού, αριθ.11, 4ο κεφάλαιο). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

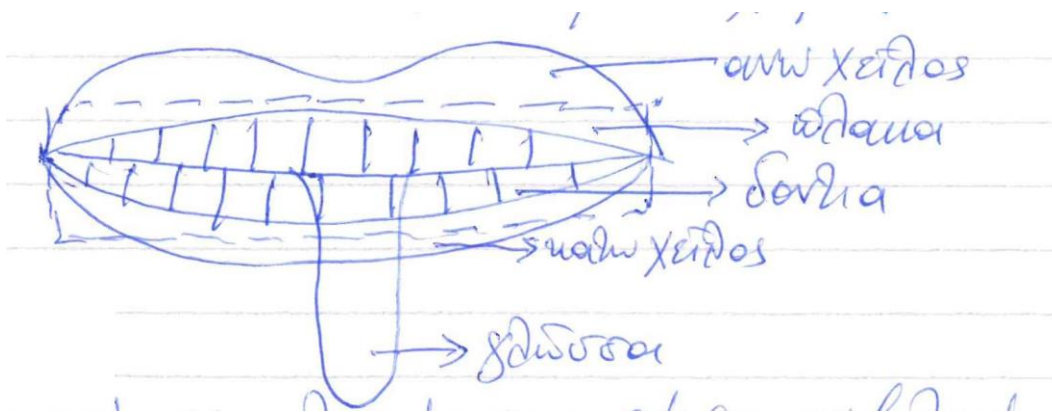
Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

Λέγετε επίσης: Μητέρα σ' ευχαριστώ για το μάθημα που μου έδωσες και σε αποχαιρετώ- σε ξεπερνώ με ΑΓΑΠΗ!

## Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΣΧΗΜΑ ΣΤΟΜΑ - ΓΛΩΣΣΑΣ

**6)** Αυτή η ψυχική γομολάστιχα είναι λογική συνέχεια και συνέπεια της προηγούμενης. Λοιπόν:

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά. Πλάθετε διαδοχικά, κατ' αρχήν μία αναπαράσταση άνω χείλους συμβολικά.
- Μετά, πλάθετε μία αναπαράσταση κάτω χείλους και ενώνετε τα δύο αυτά χείλη μεταξύ τους, ούτως ώστε να είναι ανοιχτά.
- Κατόπιν, πλάθετε με πλαστελίνη μία τετράπλευρη πλάκα, την οποία τοποθετείτε κάτω και ανάμεσα στα σχηματισμένα χείλη.
- Μετά, χαράσσετε στο τετράπλευρο και ειδικότερα στο χώρο μεταξύ των χειλέων, 2 σειρές δοντιών, την επάνω και την κάτω.
- Κατόπιν, πλάθετε με πλαστελίνη μία αναπαράσταση γλώσσας που βγαίνει από το στόμα, ανάμεσα στις 2 σειρές των δοντιών. Δείτε για όλα αυτά στο παρατιθέμενο σχήμα!



**σχήμα  
στόματος  
με  
γλώσσα**

• Ο προαναφερθείς σχηματισμός παραπέμπει συμβολικά – αναπαραστατικά στην εμπειρία του απορριπτόμενου εμβρύου από την θυμωμένη μήτρα – ομφαλίδα του, όπου το έμβρυο έχει την αίσθηση ότι βρίσκεται μέσα σε ένα στόμα που το μασάει, το ΚΑΤΑΣΠΑΡΑΖΕΙ! Η εμπειρία αυτή αναζωπυρώνεται και ενισχύεται κατά την δηκτική ή καταβροχθιστική ή καννιβαλιστική ή σαδιστική φάση του θηλασμού, καθώς προείπαμε! Τα βρέφη δεν διαχωρίζουν τότε, τον εαυτό τους από την μητέρα τους! Δείτε τους συμβολισμούς:

- Το στόμα είναι συμβολικά η μήτρα!
- Η γλώσσα είναι η ομφαλίδα και η επιμήκης θηλή του μαστού συμβολικά, δηλαδή η ομφαλίδα, η γλώσσα και η θηλή του μαστού είναι φαλλικά σύμβολα για τον εγκέφαλο του ανθρώπου!
- Τα δόντια είναι σύμβολα επιθετικότητας – καταστροφικότητας – σαδισμού, για όσους έχουν εμπειρίες απορριπτικής μήτρας και δηκτικής φάσης του θηλασμού, δηλαδή εμπειρίες κατασπαράγματος – αυτοκατασπαράγματος.

ΓΕΝΙΚΑ, σε όλες τις ψυχικές γομολάστιχες με μάσημα – φάγωμα, προκαλείται αποδέσμευση στοματικού σαδισμού από την απώθηση! Δείτε και σχετικά προηγούμενα!

Σας παραθέτω ένα χαρακτηριστικό περιστατικό μίας νεαρής γυναίκας, θεραπευομένης μου, η οποία είχε εμπειρία απορριπτικής μήτρας – ομφαλίδας. Αυτό φαινόταν άμεσα, από την όψη της υπογραφής της.

- Η συγκεκριμένη θεραπευόμενη, εξαιτίας αυτής της εμπειρίας της, εκδήλωνε την παρακάτω συμπεριφορά: Ενώ η γυναίκα ήταν σε καλή ψυχική κατάσταση, μόλις η μητέρα της της εξέπεμπε συμβολικά απορριπτικό μήνυμα, τότε έπεφτε αμέσως στο βάραθρο της κατάθλιψης, με τάσεις αυτοκτονίας! Σημειωτέον, ότι η γυναίκα αυτή συνεχώς στη ζωή της, συνήθιζε να τιμωρεί τον εαυτό της και να τον κριτικάρει – επικρίνει! Σας θυμίζω ότι τα πάθη των ανθρώπων δεν είναι για να κρίνονται, αλλά για να βιώνονται!

- Μόλις η γυναίκα αυτή έκλεινε τα μάτια της το βράδυ για να κοιμηθεί, άρχιζε να βλέπει στη νοερή οθόνη της να την απειλούν τέρατα, διάβολοι, παραμορφωμένα όντα! Όλα αυτά είναι παράγωγα κατάστασης φωτογραφίας Α, δηλαδή βαθιά ριζωμένου φόβου μέσα της!

- Η εμπειρία δεν τελειώνει εδώ. Στη συνέχεια, η γυναίκα ένιωθε το σώμα της να σκίζεται και τον αριστερό της μαστό να κόβεται στη μέση με μαχαίρι! Το μαχαίρι αυτό το κρατούσε ένα ον που δεν είχε μορφή!

- Όλα αυτά τα εφιαλτικά είναι παράγωγα του τεμαχιστικού βιώματος της θυμωμένης – απορριπτικής μήτρας και της δηκτικής ή καταβροχθιστικής ή καννιβαλιστικής φάσης του θηλασμού, τα οποία αλληλοεπηρεάζονται και αλληλοπροστίθενται, με αποτέλεσμα σαδομαζοχιστικές καταστάσεις-εκδηλώσεις!

- Ο εφιάλτης της γυναίκας που σας περιέγραψα, με αυτό το έντονο βίωμα φόβου και θανάτου, εξαφανιζόταν μόλις άγγιζε και κρατούσε το χέρι του συζύγου της!

- Εδώ ισχύει το εξής: «επικοινωνώ, άρα υπάρχω!» δηλαδή περνάω στην ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Β! Επικοινωνία = ενότητα **και** ενότητα = θεότητα!

- Το άγγιγμα έχει ευεργετικές, χαλαρωτικές συνέπειες στον εγκέφαλο και προάγει την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Β!

- Έχει παρατηρηθεί επίσης, ότι συχνά μειώνει την αυξημένη παθολογικά αρτηριακή πίεση! Τούτο είναι εύλογα αναμενόμενο, λόγω της ψυχικής χαλάρωσης που συμβαίνει! Η ενότητα = θεότητα! Αυτό είναι το θαύμα της ανθρώπινης επικοινωνίας! Το ίδιο ισχύει αν αγγίζετε ένα ζώακι, π.χ. κατοικίδιο!

- Μετά το περιστατικό που σας παρουσίασα, σας προσθέτω ότι τα δόντια είναι και φαλλικά – σεξουαλικά σύμβολα, γιατί διεισδύουν στη σάρκα! Οπότε, κάνετε στο συμβολικό στόμα που πλάσατε αναπαραστατικά, τα παρακάτω:

- Σύνθλιψη με το χέρι σας όπως προηγουμένως με τους μαστούς και με τα μάτια, για τους ίδιους λόγους.

- Ξαναπλάθετε το στόμα.

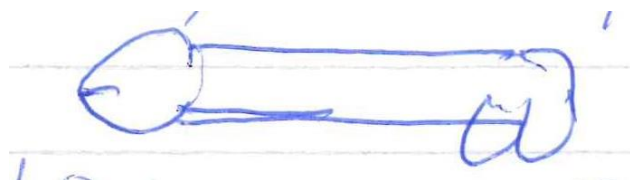
- Τρύπημα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τους μαστούς και με τα μάτια.
- Τεμάχισμα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τους μαστούς και με τα μάτια.
- Ξαναπλάθετε το στόμα.
- Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τους μαστούς και με τα μάτια.
- Ξαναπλάθετε το στόμα.
- Κάψιμο με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με τους μαστούς και με τα μάτια.
- Κάνετε όσες επαναλήψεις της ψυχικής γομολάστιχας χρειάζονται για να ανακουφιστείτε!
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις φράσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΦΑΛΛΟ**

**7)** Αυτή η ψυχική γομολάστιχα αντιστοιχεί στα φαλλικά – επιμήκη σχήματα των φρουτολαχανικών, όπως τα είπαμε προηγουμένως. Λοιπόν:

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά και πλάθετε συμβολικά έναν φαλλό, όπως στο παρακείμενο σχήμα.



**σχήμα ΦΑΛΛΟΥ**

▪ Το φαλλικό επίμηκες σχήμα είναι το σύμβολο του αρσενικού φύλου, δηλαδή του πατέρα μεταγενεθλώς. Στο βάθος όμως, προγενεθλώς είναι το σύμβολο του ομφάλιου λώρου (της ομφαλίδας). Άρα, όποιος άνθρωπος έχει προβλήματα με τον ομφάλιο λώρο του ενδομητρίως, θα έχει και προβλήματα με τον πατέρα του και γενικά με την αρσενική αρχή μέσα του και γύρω του! Βλέπουμε λοιπόν, ότι η σχέση με τον πατέρα και τα αρσενικά αδέρφια εντάσσεται μέσα στο πλαίσιο των οργανωτικών προτύπων που διαμορφώθηκαν ενδομήτρια σε σχέση με τον ομφάλιο λώρο, ιδίως αν είναι αρνητικά τόσο προγενεθλώς, όσο και μεταγενεθλώς!

▪ Όλα αυτά έχουν πολύ μεγάλη σημασία για την ομαλή υπέρβαση και λύση του οιδιπόδειου συμπλέγματος στα αγόρια μεταγενεθλώς, ιδίως αν υπήρχε περιελιγμένη ή γενικότερα προβληματική ομφαλίδα!

▪ Λοιπόν, κάνετε τα παρακάτω στον συμβολικό φαλλό που πλάσατε αναπαραστατικά:

- Σύνθλιψη με το χέρι σας όπως προηγουμένως με το στόμα, με τους μαστούς και με τα μάτια, για τους ίδιους λόγους.

- Ξαναπλάθετε τον φαλλό.

- Τρύπημα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το στόμα, με τους μαστούς και με τα μάτια.

- Τεμάχισμα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το στόμα, με τους μαστούς και με τα μάτια.

- Ξαναπλάθετε τον φαλλό.

- Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το στόμα, με τους μαστούς και με τα μάτια.

- Ξαναπλάθετε τον φαλλό.

- Κάψιμο με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με το στόμα, με τους μαστούς και με τα μάτια.

- Κάνετε όσες επαναλήψεις αυτής της ψυχικής γομολάστιχας χρειάζονται για να ανακουφιστείτε!

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.

- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΑΙΔΟΪΚΟ ΣΥΜΒΟΛΟ**

**8)** Αυτή η ψυχική γομολάστιχα αντιστοιχεί στα αιδοϊκά – θηλυκά, στρογγυλά σχήματα των φρουτολαχανικών, όπως είπαμε προηγουμένως. Λοιπόν:

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά, και πλάθετε ένα σύμβολο – αιδοίον, όπως στο παρακείμενο σχήμα.



**σχήμα ΑΙΔΟΙΟΥ**

• Το αιδοϊκό στρογγυλό σχήμα είναι το σύμβολο του θηλυκού φύλου, δηλαδή της μητέρας μεταγενεθλώς. Στο βάθος όμως, προγενεθλώς είναι το σύμβολο της μήτρας και του γεννητικού σωλήνα! Άρα, όποιος έχει προβλήματα με την μήτρα και με τον γεννητικό σωλήνα από όπου γεννήθηκε, θα έχει προβλήματα με την μητέρα του και γενικά με την θηλυκή αρχή μέσα του και γύρω του! Βλέπουμε λοιπόν, ότι η σχέση με την μητέρα και τα θηλυκά αδέρφια εντάσσεται μέσα στο πλαίσιο των οργανωτικών προτύπων που διαμορφώθηκαν ενδομήτρια ή και σε σχέση με τον γεννητικό σωλήνα, κατά τον δύσκολο παρατεταμένο, εργώδη τοκετό! Όλα αυτά έχουν πολύ μεγάλη σημασία, για την ομαλή υπέρβαση και λύση του συμπλέγματος της Ηλέκτρας στα κορίτσια μεταγενεθλώς, ιδίως αν υπήρχε δύσκολος, παρατεταμένος και εργώδης τοκετός, με τον οποίο ήρθαν στον κόσμο!

• Λοιπόν, κάνετε τα παρακάτω στο αιδοϊκό σύμβολο που πλάσατε αναπαραστατικά:

- Σύνθλιψη με το χέρι σας, όπως έγινε προηγουμένως, με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη, για τους ίδιους λόγους.
- Ξαναπλάθετε το αιδοϊκό σύμβολο.

- Τρύπημα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Τεμάχισμα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Ξαναπλάθετε το αιδοϊκό σύμβολο.
- Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Ξαναπλάθετε το αιδοϊκό σύμβολο.
- Κάψιμο με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Κάνετε όσες επαναλήψεις αυτής της ψυχικής γομολάστιχας χρειάζονται για να ανακουφιστείτε!
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις για την καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τουτό έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

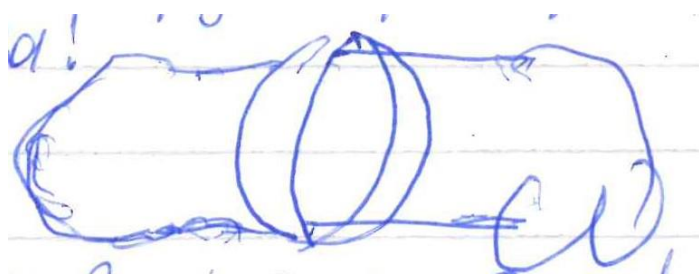
## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΠΡΩΤΑΡΧΙΚΗΣ ΣΚΗΝΗΣ**

**9)** Αυτή η ψυχική γομολάστιχα αντιστοιχεί στην ονομασμένη από τον Freud, πρωταρχική ή αρχέγονη ή αρχαϊκή σκηνή! Η σκηνή αυτή αφορά τη στιγμή της σύλληψης, οπότε το σπερματοζώαριο διεισδύει στο ωάριο και προκύπτει το ζυγωτό, το πρωταρχικό ή αρχέγονο ή αρχαϊκό κύτταρο, δια της αναπαραγωγής του οποίου θα προκύψουν μεταγενέστερα όλα τα κύτταρα του νέου οργανισμού. Προϋπόθεση αυτού του πραγματικού γεγονότος της σύλληψης είναι η συνουσία των γονέων!

▪ Ο μόλις συλληφθείς οργανισμός έχει μνημονική εμπειρία της συνουσίας των γονέων του, διότι η ψυχή του, η οποία πρόκειται να εισέλθει και να κατοικήσει σε αυτόν, μετεωρίζεται πάνω από τους συνουσιαζόμενους γονείς! Μετεωρίζεται και αναμένει την στιγμή της σύλληψης, για να εισέλθει στο ζυγωτό! Όταν η

συνουσία είναι βίαιη ή οδυνηρή ή ταπεινωτική για την μητέρα, τότε αρχίζουν ήδη να εγγράφονται τοξικές αναμνήσεις – εμπειρίες που προκαλούν κατάσταση φωτογραφίας Α στο άτομο και στο υπαρξιακό του συνεχές! Όλα αυτά τα γνωρίζουμε από μαρτυρίες θεραπευόμενων μου, οι οποίοι όταν έκαναν την ψυχική γομολάστιχα της πρωταρχικής σκηνής, ενθυμήθηκαν την εμπειρία της ψυχής τους, καθώς σας την περιέγραφα! Λοιπόν:

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά, και πλάθετε συμβολικά μία αναπαράσταση συνουσίας πρωταρχικής σκηνής, όπου ο φαλλός είναι μέσα στο αιδοϊκό σύμβολο, δηλαδή κατασκευάζετε πρώτα ένα αιδοϊκό σύμβολο και αμέσως μετά κατασκευάζετε έναν φαλλό. Κατόπιν, εισάγετε τον φαλλό μέσα στο αιδοϊκό σύμβολο και έχετε μία αναπαράσταση συνουσίας της πρωταρχικής σκηνής. Για μεγαλύτερη αναπαραστατική ακρίβεια δείτε το σχήμα.



**σχήμα πρωταρχικής σκηνής**

▪ Λοιπόν, κάνετε τα παρακάτω στο σύμπλεγμα της πρωταρχικής σκηνής που πλάσατε αναπαραστατικά:

- Σύνθλιψη με το χέρι σας, όπως έγινε προηγουμένως, με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη, για τους ίδιους λόγους.
- Ξαναπλάθετε το σύμβολο της πρωταρχικής σκηνής.
- Τρύπημα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Τεμάχισμα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Ξαναπλάθετε το σύμβολο της πρωταρχικής σκηνής.
- Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Ξαναπλάθετε το σύμβολο της πρωταρχικής σκηνής.



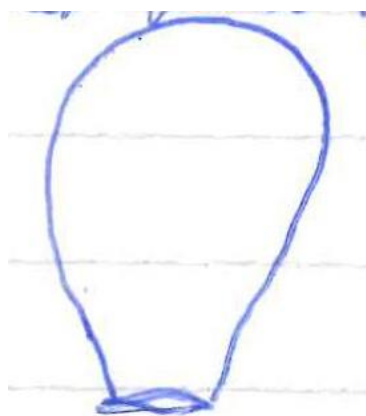
- Κάψιμο με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη.
- Κάνετε όσες επαναλήψεις αυτής της ψυχικής γομολάστιχας χρειάζονται για να ανακουφιστείτε!
- Κατά τη διάρκεια της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΕΜΒΡΥΟΥ ΜΕΣ ΤΗΝ ΜΗΤΡΑ**

**10)** Λογική σειρά έχει τώρα η ψυχική γομολάστιχα με το έμβρυο μέσα στη μήτρα, την οποία και σας παρουσιάζω:

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά, και πλάθετε με αυτό μία πλάκα σε σχήμα μήτρας. Δείτε σχετικά το παρακείμενο σχήμα.



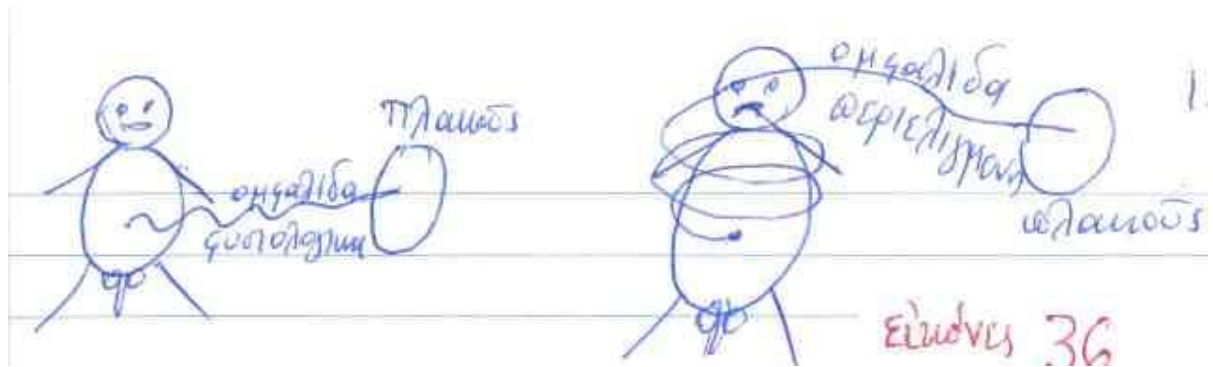
**σχήμα**  
**ΜΗΤΡΑΣ**

- Ακολουθώντας, παίρνετε ένα μικρότερο κομμάτι πλαστελίνης του ίδιου χρώματος και πλάθετε με αυτό ένα ανθρωπάκι – έμβρυο. Αν είναι αρσενικό, θα έχει τα σχετικά γεννητικά όργανα. Δείτε το παρακείμενο σχήμα.



## σχήμα ΕΜΒΡΥΟΥ

- Κατόπιν, όσοι είχατε περιέλιξη ομφαλίδας ή φασκιωθήκατε όταν είσαστε μωρά, πλάθετε ένα μικρό πλακούντα με την ομφαλίδα περιελιγμένη στο έμβρυο. Δείτε το παρακείμενο σχήμα.



## σχήμα περιέλιξης

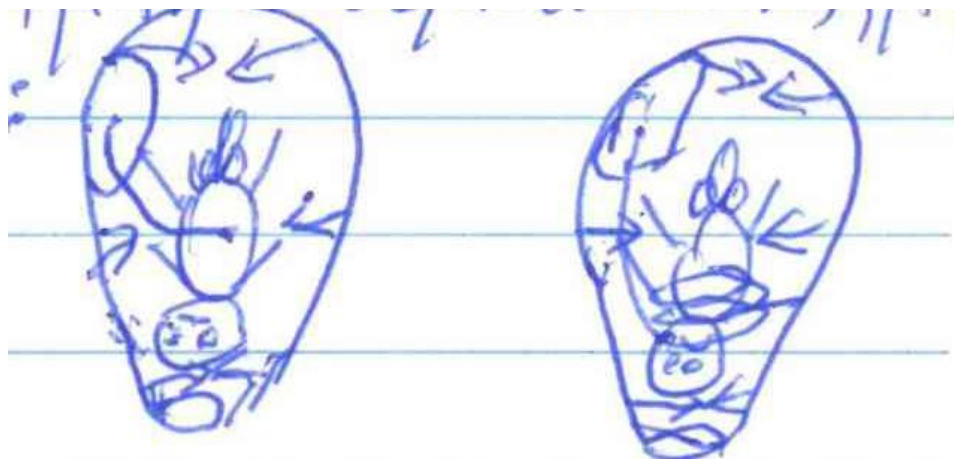
ΕΜΒΡΥΟΥ ΣΤΗ ΜΗΤΡΑ

- Ακολουθως, παίρνετε το έμβρυο με την ομφαλίδα του και με τον πλακούντα του και το τοποθετείτε στην αρχική πλαστελίνη (πλάκα σε σχήμα μήτρας). Δείτε το σχετικό σχήμα.



## σχήμα εμβρύου στη μήτρα

- Εάν γνωρίζετε ότι γεννηθήκατε με δύσκολο τοκετό λόγω ισχιακής προβολής του εμβρύου που υπήρξατε, τότε διατάσσετε το έμβρυο σε στάση αντίθετη εκείνης του σχήματος, δηλαδή με τα πόδια κάτω και το κεφάλι επάνω.
- Κατόπιν, διπλώνετε τα πλάγια όρια του σχηματισμού της μήτρας και τα ενοποιείτε, έτσι ώστε να αναπαρασταθεί συμβολικά η μήτρα περικλειστη μαζί με το εμβρυικό της περιεχόμενο. Δείτε το σχετικό σχήμα.



### **Σχήμα ΕΜΒΡΥΟΥ περικλειστού στη μήτρα**

- Διαπιστώνετε από το σχήμα ότι σχηματίστηκε μία περικλειστη μήτρα με μοναδικό άνοιγμά της στο κάτω μέρος της, δηλαδή το στόμιο εξόδου αυτής. Τώρα, κάνετε στην περικλειστη έγκυο μήτρα που πλάσατε καθώς προείπαμε, αναπαραστατικά και συμβολικά τα παρακάτω:
  - Σύνθλιψη με το χέρι σας, όπως έγινε προηγουμένως, με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη, για τους ίδιους λόγους. Για να διαλυθεί δηλαδή, ο φόβος-θυμός που προκλήθηκε στο έμβρυο από την απορριπτική του μήτρα, όταν το συνέθλιβε, οπότε εσωτερίκευσε την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα του!
  - Ξαναπλάθετε το σύμβολο της μήτρας με τα περιεχόμενά της.
  - Τρύπημα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη. Αναπαριστάται δηλαδή, συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου ότι το τρυπούν με πυρωμένα καρφιά!
  - Τεμάχισμα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε

προηγούμενος με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη. Για να διαλυθεί δηλαδή, αναπαραστατικά το τεμαχιστικό βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου από την μήτρα και η ενεργειακή κατάσταση φωτ/φίας Α, που προκαλείται στο έμβρυο στα θεμέλια της ύπαρξής του!

- Ξαναπλάθετε το σύμβολο της μήτρας με τα περιεχόμενά της.

- Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγούμενος με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη. Για να διαλυθεί δηλαδή, αναπαραστατικά το βίωμα του εμβρύου ότι χτυπιέται βίαια και συνθλίβεται η εξαιρετικά ευαίσθητη και τρυφερή σάρκα του από τα τοιχώματα της απορριπτικής μήτρας!

▪ Απόηχος αυτής της κατάστασης είναι η αίσθηση που έχουν πολλοί άνθρωποι πως τα τοιχώματα του δωματίου όπου βρίσκονται κινούνται εναντίον τους, για να τους πλήξουν! Σχετική με αυτά, είναι η κλειστοφοβία ή η αγοραφοβία των ανθρώπων! Εδώ, σε αυτές τις προαναφερθείσες τοξικές εμπειρίες – αναμνήσεις βρίσκονται οι αιτίες αυτών των δύο προβληματικών καταστάσεων!

- Ξαναπλάθετε το σύμβολο της μήτρας με τα περιεχόμενά της.

- Κάψιμο του συμβόλου της μήτρας με τα περιεχόμενά της, ούτως ώστε να εξουδετερωθούν αναπαραστατικά οι τοξικές αναμνήσεις φόβου εξαιτίας του καυστικού βιώματος που προκαλεί η απορριπτική μήτρα στο έμβρυο!

▪ Επαναλαμβάνετε την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε μέχρι να νιώσετε καλύτερα!

▪ Εάν υπάρξει έξαρση των ενοχλημάτων σας με οποιαδήποτε ψυχική γομολάστιχα εφαρμόζετε, να μην ανησυχήσετε διότι πρόκειται για την ονομαζόμενη θεραπευτική αντίδραση! Αυτή η αντίδραση είναι καλό σημάδι, διότι σημαίνει ότι η ψυχική γομολάστιχα ενεργεί – λειτουργεί στο υποσυνείδητο πεδίο φόβου που θέλουμε! Εάν επαναλάβετε την ψυχική γομολάστιχα αρκετές φορές, τότε η θεραπευτική αντίδραση θα πάψει και θα εκδηλωθεί η προσδοκώμενη ανακούφιση από τον ΦΟΒΟ! ΑΥΤΗ ΕΙΝΑΙ Η ΚΑΤΑΛΛΗΛΗ ΣΤΑΣΗ απέναντι σε αυτό το ενδεχόμενο!

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

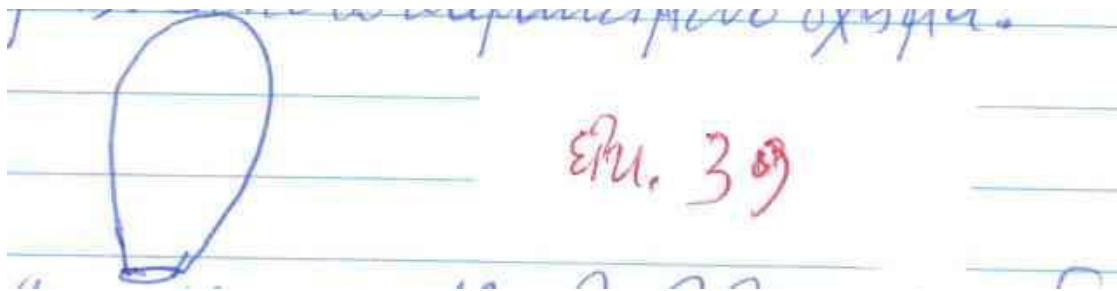
Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΑΞΗ ΣΤΟΝ ΓΕΝΝΗΤΙΚΟ ΣΩΛΗΝΑ

**11)** Η Λογική σειρά της επόμενης ψυχικής γομολάστιχας είναι η διάταξη του τικτόμενου εμβρύου μέσα στον γεννητικό σωλήνα.

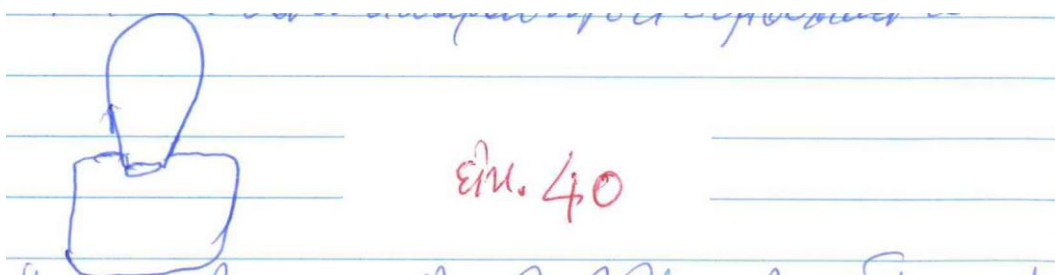
▪ Αυτή η ψυχική γομολάστιχα ανακουφίζει ιδιαίτερα όσους έχουν ιστορικό δύσκολου, παρατεταμένου και εργώδους τοκετού κατά την γέννησή τους! Όσους δηλαδή, έχουν σφηνωθεί συνθλιπτικά και ασφυκτικά στον γεννητικό σωλήνα της μητέρα τους και όσους γεννήθηκαν με εμβρυουλκία επίσης! Λοιπόν:

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά, και πλάθετε με αυτό μία πλάκα σε σχήμα μήτρας. Δείτε το παρακείμενο σχήμα.



**Σχήμα  
ΜΗΤΡΑΣ**

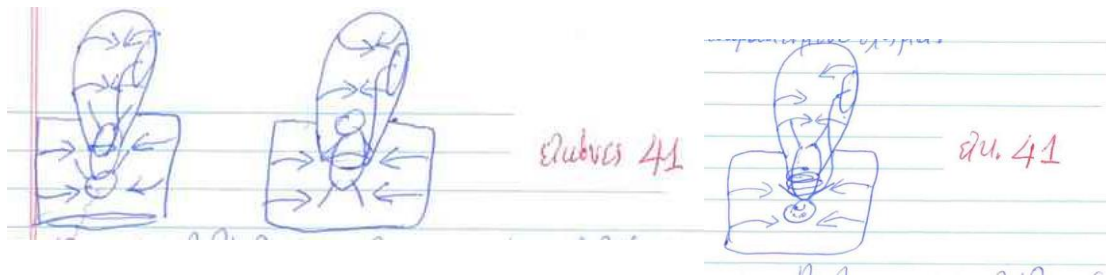
- Ακολούθως, παίρνετε ένα άλλο κομμάτι πλαστελίνης του ίδιου χρώματος και πλάθετε με αυτό μία παραλληλόγραμμη πλάκα, την οποία συνδέετε με την πλάκα του προηγούμενου σχήματος. Αυτή η πλάκα θα αναπαραστήσει συμβολικά τον γεννητικό σωλήνα. Δείτε το παρακείμενο σχήμα.



**Σχήμα  
ΓΕΝΝΗΤΙΚΟΥ ΣΩΛΗΝΑ**

- Κατόπιν, παίρνετε ένα μικρότερο κομμάτι πλαστελίνης του ίδιου χρώματος και πλάθετε με αυτό ένα ανθρωπάκι – έμβρυο με τον πλακούντα και την ομφαλίδα του. Αν είναι αρσενικό, θα έχει τα σχετικά γεννητικά όργανα.

- Μετά, τοποθετείτε το συμβολικό έμβρυο με το κεφάλι προς τα έξω, αν ο τοκετός ήταν φυσιολογικής προβολής, ή με το κεφάλι προς τα μέσα, αν ο τοκετός ήταν ισχιακής προβολής. Δείτε τα παρακείμενα σχήματα.



### Σχέδια ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗΣ ΚΑΙ ΙΣΧΙΑΚΗΣ ΠΡΟΒΟΛΗΣ

- Ακολουθως, περιτυλίγετε την πλάκα που συμβολίζει τη μήτρα και την πλάκα που συμβολίζει τον γεννητικό σωλήνα, ούτως ώστε να περιβάλλεται το έμβρυο, όπως δείχνουν τα παρακείμενα σχήματα.

▪ Μετά, κάνετε στην περικλειστη έγκυο μήτρα και στον περικλειστο γεννητικό σωλήνα που πλάσατε αναπαραστατικά – συμβολικά τα παρακάτω:

- Σύνθλιψη με το χέρι σας, όπως έγινε προηγουμένως, με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη, για τους ίδιους λόγους. Για να διαλυθεί δηλαδή, ο φόβος-θυμός που προκλήθηκε στο έμβρυο από την απορριπτική του μήτρα, που το σφώνωνε στον γεννητικό σωλήνα και το συνέθλιβε, οπότε εσωτερίκευσε την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα του! Όλα αυτά ισχύουν με ιδιαίτερη έμφαση για όσους γεννήθηκαν με εμβρουσκία (ξεγεννήθηκαν με κουτάλες, όπως λέει ο λαός)!

- Ξαναπλάθετε το σύμβολο της μήτρας και του γεννητικού σωλήνα με τα περιεχόμενά τους.

- Τρύπημα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη. Αναπαριστάται δηλαδή, συμβολικά το βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου ότι το τρυπούν με πυρωμένα καρφιά!

- Τεμάχισμα με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη. Για να διαλυθεί δηλαδή, αναπαραστατικά το τεμαχιστικό βίωμα του απορριπτόμενου εμβρύου από την μήτρα και το ασφυκτικό του σφήνωμα μέσα στον γεννητικό σωλήνα της μητέρας του, οπότε εσωτερίκησε την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα του, στα θεμέλια της ύπαρξής του!
  - Ξαναπλάθετε το σύμβολο της μήτρας και του γεννητικού σωλήνα με τα περιεχόμενά τους.
  - Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί με τον ίδιο τρόπο και για τους ίδιους λόγους, όπως έγινε προηγουμένως με όλες τις ψυχικές γομολάστιχες από πλαστελίνη. Για να διαλυθεί δηλαδή, αναπαραστατικά το βίωμα του εμβρύου ότι χτυπιέται βίαια και συνθλίβεται η εξαιρετικά ευαίσθητη και τρυφερή σάρκα του από τα τοιχώματα της απορριπτικής μήτρας και του ασφυκτικού γεννητικού σωλήνα! Για τον απόηχο αυτής της κατάστασης δείτε ακριβώς, στο αντίστοιχο μέρος της αμέσως προηγούμενης ψυχικής γομολάστιχας από πλαστελίνη.
  - Ξαναπλάθετε το σύμβολο της μήτρας και του γεννητικού σωλήνα με τα περιεχόμενά τους.
  - Κάψιμο του συμβόλου της μήτρας και του γεννητικού σωλήνα με τα περιεχόμενά τους, ούτως ώστε να εξουδετερωθούν αναπαραστατικά οι τοξικές αναμνήσεις φόβου εξαιτίας του καυστικού βιώματος που προκαλεί η απορριπτική μήτρα στο ασφυκτικά σφηνωμένο στον γεννητικό σωλήνα έμβρυο!
- Επαναλαμβάνετε την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε μέχρι να νιώσετε καλύτερα!
  - Εάν υπάρξει θεραπευτική αντίδραση, εφαρμόζετε ακριβώς όσα σας είπα στην αμέσως προηγούμενη ψυχική γομολάστιχα!
  - Όσοι από εσάς γεννήθηκαν με περιέλιξη ομφαλίδας, κάνετε αναπαράσταση του συμβάντος με το τικτόμενο έμβρυο να περιέχεται μέσα στην περιελιγμένη ομφαλίδα! Δείτε στο παρακείμενο σχήμα.



**Σχήμα  
ΠΕΡΙΕΛΙΓΜΕΝΟΥ ΕΜΒΡΥΟΥ  
ΤΟ 1<sup>ο</sup> σε ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΒΟΛΗ  
ΤΟ 2<sup>ο</sup> σε ΙΣΧΙΑΚΗ ΠΡΟΒΟΛΗ**

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΗ ΔΙΑΤΑΞΗ ΤΟΥ ΕΜΒΡΥΟΥ ΕΞΩ ΑΠΟ ΤΗΝ ΜΗΤΡΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΓΕΝΝΗΤΙΚΟ ΣΩΛΗΝΑ**

**12)** Η Λογική σειρά της επόμενης ψυχικής γομολάστιχας είναι η διάταξη του εμβρύου – νεογνού έξω από την μήτρα και τον γεννητικό σωλήνα. Λοιπόν:

- Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά, και πλάθετε με αυτό μία πλάκα σε σχήμα μήτρας. Δείτε τα προηγούμενα σχήματα. Αν θέλετε να κάνετε ακριβέστερη αναπαράσταση, πλάστε το κομμάτι της πλαστελίνης έτσι ώστε να μοιάζει με αχλάδι (με 3 διαστάσεις).



**Σχήμα  
ΜΗΤΡΑΣ**



- Ακολουθως, παίρνετε ένα άλλο κομμάτι πλαστελίνης του ίδιου χρώματος και πλάθετε με αυτό ένα ανθρωπάκι-νεογνό με τον πλακούντα και την ομφαλίδα του. Ο πλακούντας έχει τη θέση του στη μήτρα και η ομφαλίδα εξέρχεται από το στόμιο της μήτρας και καταλήγει στο ανθρωπάκι - νεογνό. Δείτε το παραπάνω σχήμα.

- Αν στο ιστορικό σας υπάρχει βίωμα περιελιγμένης ομφαλίδας, τότε αναπαριστάτε το συμβάν, ούτως ώστε το νεογνό να περιέχεται μέσα στην περιελιγμένη ομφαλίδα. Όλα γίνονται με τρόπο ώστε να έχετε το βίωμα ότι πρόκειται για μία κατάσταση που έχει λήξει! Δείτε το παρακείμενο σχετικό σχήμα.



### Σχήμα ΠΕΡΙΕΛΙΓΜΕΝΟΥ ΕΜΒΡΥΟΥ

▪ Μετά, κάνετε στο σχήμα που πλάσατε αναπαραστατικά - συμβολικά τα παρακάτω:

- Τρύπημα της μήτρας, του πλακούντα και της ομφαλίδας, κατά τα γνωστά. Όσον αφορά το νεογνό, σε μία επανάληψη θα γίνεται τρύπημα και σε αυτό, αλλά στην επόμενη επανάληψη δεν θα γίνεται τρύπημα σε αυτό! Έτσι, θα γίνεται βίωμα ο διαχωρισμός του νεογνού από τα υπόλοιπα πάθη!

- Τεμάχισμα της μήτρας, του πλακούντα και της ομφαλίδας, κατά τα γνωστά. Όσον αφορά το νεογνό, σε μία επανάληψη θα γίνεται τεμάχισμα και σε αυτό, ενώ στην επόμενη επανάληψη δεν θα γίνεται τεμάχισμα σε αυτό, κοκ. Έτσι, θα γίνεται βίωμα ο διαχωρισμός του νεογνού από τα υπόλοιπα πάθη!

- Ξαναπλάθετε όλο το σχηματισμό μήτρας - ομφαλίδας - νεογνού!

- Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί, κατά τα γνωστά, της μήτρας, του πλακούντα και της ομφαλίδας. Όσον αφορά το νεογνό, σε μία επανάληψη θα γίνεται σύνθλιψη και σε αυτό, ενώ στην επόμενη επανάληψη δεν θα γίνεται σύνθλιψη σε αυτό, κοκ. για τον ήδη γνωστό λόγο!

- Ξαναπλάθετε όλο το σχηματισμό μήτρας – ομφαλίδας – νεογνού!
- Κάψιμο όλου του προαναφερθέντος σχηματισμού, για τους ήδη γνωστούς λόγους, με τον ήδη γνωστό τρόπο!
- Επαναλαμβάνετε την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε μέχρι να νιώσετε καλύτερα!
  - Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
    - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
    - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
    - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
    - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

### **13)** Εδώ θα κάνουμε μία ΠΑΡΕΝΘΕΣΗ.

- Όλοι γνωρίζετε το φάσκιωμα. Πολλοί από εσάς έχουν φασκιωθεί ως νεογνά και βρέφη! Το φάσκιωμα προκαλεί τα ίδια φρικαλέα ασφυκτικά και εξοργιστικά βιώματα με την περιέλιξη της ομφαλίδας γύρω από το έμβρυο! Όταν συνυπάρχουν περιέλιξη ομφαλίδας στο έμβρυο και φάσκιωμα στο νεογνό-βρέφος, συμβαίνει πραγματική καταστροφή στα θεμέλια της προσωπικότητας με τη μορφή ενεργειακής κατάστασης φωτογραφίας Α! Η αρνητική αυτή επιρροή, είτε της περιέλιξης ομφαλίδας στο έμβρυο, είτε του φασκιώματος στο νεογνό-βρέφος, φαίνεται άμεσα κατά την ενήλικη ζωή τους στην υπογραφή – μονογραφή των ατόμων που είχαν αυτές τις εμπειρίες!

**Συνοπτικά:** το πλησιέστερο βίωμα προς εκείνο της περιέλιξης ομφαλίδας στο έμβρυο ή της φασκιάς στο νεογνό – βρέφος είναι εκείνο του μαστιγώματος, όπου το μαστίγιο είναι η περιελιγμένη ομφαλίδα ή η φασκιά! Δείτε και στα προηγούμενα, αναφορικά με την ουρά του ποντικιού, κατά την σχετική ψυχική γομολάστιχα. Επίσης, παράγονται ασφυκτικά και εξοργιστικά βιώματα!

- Ο πόνος της προσωπικότητας από περιέλιξη ομφαλίδας στο έμβρυο ή και από φάσκιωμα προβάλλεται από τον καλλιτέχνη δημιουργό, που ζωγράφισε την σχετική εικόνα που σας παραθέτω! Πρόκειται για αναπαραγωγή προτύπου διδαγμένης αντίληψης συμβολικά!



### έγχρωμη εικόνα ανθρώπου δεμένου στην καρέκλα

▪ Το ουσιώδες ερώτημα μετά από όλα αυτά είναι: τι είδους ψυχική γομολάστιχα μπορεί να χρησιμοποιηθεί εδώ; Λοιπόν, κάνετε τα εξής:

- Παίρνετε ένα σχοινί αρκετά χοντρό, ώστε να θυμίζει το διαμέτρημα της ομφαλίδας και το περιελίσσετε γύρω σας (γύρω από τον λαιμό σας, γύρω από τον θώρακά σας, γύρω από την κοιλιά και τα πόδια σας). Ως παραλλαγή μπορείτε να περιελίξετε το σχοινί διαγωνίως γύρω από τον ώμο σας και το περινέο σας (τον καβάλο σας) διότι έτσι μπορεί να ήταν η διάταξη της περιελιγμένης ομφαλίδας σας, όταν είσαστε έμβρυο! Μία ένδειξη τούτου είναι όταν έχετε κνησμό ή δερματίτιδα στην περιοχή του περινέου σας!

- Ακολουθως, κόβετε με ψαλίδι ή με μαχαίρι το περιελιγμένο σχοινί γύρω σας και κατόπιν το τρυπάτε με τον γνωστό τρόπο και για τους ίδιους λόγους, το συνθλίβετε με πένσα ή με σφυρί ομοίως, το τεμαχίζετε σε μικρά κομμάτια με ψαλίδι ή με μαχαίρι και τέλος καίτε τα κομμάτια του σχοινοῦ με τον γνωστό τρόπο και για τους ίδιους λόγους.

▪ Μπορείτε να κάνετε τα ίδια, ακριβώς όπως με το σχοινί, και με επιδέσμους που θα αγοράσετε από φαρμακείο, ώστε να περιτυλιχτείτε με αυτούς σαν να είστε μούμια! Αυτή είναι η ακριβής αναπαράσταση του φασκιώματος, όταν είσαστε νεογνά και βρέφη! Με αυτό τον συμβολικό αναπαραστατικό τρόπο θα εκφορτίσετε τα συναισθηματικά φορτία θυμού τα οποία φυτεύτηκαν μέσα σας τότε! Φυσικά, όλα αυτά ισχύουν μόνο για όσους γεννήθηκαν με περιελιγμένη ομφαλίδα γύρω τους ή φασκιώθηκαν ως νεογνά και βρέφη!

▪ Πως αισθάνεται το φασκιωμένο μωρό σαν μούμια θα καταλάβετε αν φανταστείτε ότι τώρα, στην ενήλικη ζωή σας, κάποιος σας περιτυλίγει σφιχτά με

φασκιά σαν μούμια! Η επίδραση του φασκιώματος επιδρά αρνητικά στην ανάπτυξη της προσωπικότητας!

ΠΡΟΣΘΗΚΗ: κατά τη διάρκεια των φάσεων αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, μπορεί να γίνεται παράλληλα και οραματισμός του ΑΑ Μιχαήλ ως εξής:

Οραματίζεστε τον ΑΑ Μιχαήλ ότι με το σπαθί του κόβει και αυτός τα δεσμά σας! Έτσι, η απαλλαγή σας από την κατάσταση φωτογραφίας Α λόγω περιέλιξης ομφαλίδας ή φασκιώματος, θα είναι πληρέστερη. Επίσης, να οραματίζεστε ότι κάνετε τρυφερή μεταχείριση της ομφαλίδας και της φασκιάς (π.χ. τις χαϊδεύετε τρυφερά), έτσι ώστε να γίνουν απαλές και τρυφερές σαν βελούδο! Έτσι επιτυγχάνεται ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΗ! Όλα αυτά, διότι η σκοτεινή σκιά μας (καταστάσεις φωτογραφίας Α) είναι μέρος μας και χρειάζεται να την αποδεχτούμε και να την απελευθερώσουμε με ΑΓΑΠΗ!

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτών των ψυχικών γομολαστίχων θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**14)** Οι επόμενες δύο ψυχικές γομολάστιχες αναφέρονται στην εκφόρτιση πολύ ισχυρών συναισθηματικών φορτίων θυμού, που έχουν σχέση με το επίμηκες-φαλλικό σχήμα της ομφαλίδας και εσωτερικεύονται, ενοχοποιώντας τη γλώσσα του σώματος του εμβρύου – νεογνού – βρέφους! Η ενοχοποίηση αυτή της γλώσσας του σώματος έχει σχέση με όλα τα επιμήκη όργανα του σώματος, όπως ο λαιμός, ο φαλλός αν το μωρό είναι αρσενικό, τα χέρια του και τα πόδια του. Επίσης, έχει σχέση με το έντερό του διότι είναι επίμηκες καθώς και με την σπονδυλική του στήλη (επιμήκης σχηματισμός).

▪ Αναφορικά με την δεύτερη στη σειρά εδώ ψυχική γομολάστιχα, τα συναισθηματικά φορτία θυμού αναφέρονται και στις λειτουργίες της εγκυμοσύνης επί θηλυκών ατόμων. Θα μιλήσουμε γι' αυτό αναλυτικά παρακάτω.

▪ Βάσει όσων σας είπα, οι δύο αυτές ψυχικές γομολάστιχες μπορεί να προκαλέσουν ισχυρή θεραπευτική αντίδραση! Στα πλαίσια αυτής της θεραπευτικής αντίδρασης μπορεί να εκδηλωθεί εμετός! Ο εμετός αυτός σημαίνει ότι εκφορτίζεται θυμός συγκρατημένος μέσα σας από την εποχή που είσατε έμβρυα, νεογνά, βρέφη ή μικρά παιδιά! Γι' αυτό δεν πρέπει να ανησυχήσετε με αυτές τις εκδηλώσεις, αλλά να επιμείνετε απτόητοι στην επιτέλεση της ψυχικής σας γομολάστιχας ή των ψυχικών γομολαστίχων σε συνδυασμούς!

**ΥΠΟΜΝΗΣΗ:** ΣΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ ΠΟΥ ΣΑΣ ΕΔΩΣΑ ΗΔΗ, ΟΠΩΣ ΚΑΙ ΣΕ ΑΥΤΕΣ ΠΟΥ ΘΑ ΣΑΣ ΔΩΣΩ, ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΕΚΔΗΛΩΘΟΥΝ ΕΜΕΤΟΣ Ή ΑΛΛΕΣ ΠΕΠΤΙΚΕΣ ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ, όπως πχ ρεψίματα, τάση για διάρροια κλπ. Μην ανησυχήσετε, όλα αυτά σημαίνουν ότι η θεραπεία σας προοδεύει, ότι δηλαδή διαλύεται θυμός-φόβος που φοβίζει μέσα σας, ερχόμενος στην επιφάνεια της Συνείδησης!

**A) Η ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΤΗΝ ΠΡΩΤΗ** από αυτές τις δύο ψυχικές γομολάστιχες περιλαμβάνει τα εξής:

- Κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης των ενεργειών αυτής της πρακτικής.
  - Παίρνετε ένα λευκό φύλλο χαρτί και με ένα μαύρο μολύβι σχηματίζετε μία μαύρη μουτζούρα πάνω στο λευκό χαρτί.
  - Κατόπιν, γράφετε κάτω από τη μουτζούρα: «αυτός είναι ο φόβος μου, ο εσωτερικός μου σαμποτέρ, η σκοτεινή σκιά μου! Αυτά είναι όλα τα βιώματα θανάτου που έχω μέσα μου»!
  - Ακολούθως, παίρνετε μία απλή γομολάστιχα και μεθοδικά σβήνετε όλη τη μουτζούρα και τις γραπτές δηλώσεις σας. Μπορεί να διαπιστώσετε ότι, όταν πράττετε τούτο, αισθάνεστε χαλάρωση και αγαλλίαση!
- Ως αρχική, προπαρασκευαστική ψυχική γομολάστιχα μπορείτε επίσης να κάνετε τα παρακάτω:



- Παίρνετε ένα λευκό φύλλο χαρτί και σχεδιάζετε πάνω του με μαύρο μολύβι ένα δυσανάλογα παραμορφωμένο ανδρείκελο αρσενικό, όπως φαίνεται στο παρακείμενο σχήμα. Ο υπερβολικά μακρύς λαιμός και φαλλός στο παρόν σχήμα και στα επόμενα που σας παραθέτω, δίνει περισσότερες ευκαιρίες για τρύπημα και τεμάχισμα θεραπευτικά! Επίσης, αντιστοιχούν στην παραμορφωμένη αυτοαντίληψη που έχει το έμβρυο για το σώμα του-την αυτοεικόνα του, υπό την επίδραση της κατάστασης φωτ/φίας Α ενδομητρίως! Δες και αμέσως παρακάτω.
- Κατόπιν, μαυρίζετε όλο το ανδρείκελο με μαύρο μολύβι.
- Μετά, παίρνετε μία πραγματική γομολάστιχα και μεθοδικά σβήνετε ολοσχερώς ό,τι σχεδιάσατε.
- Κατόπιν, παίρνετε ένα νέο φύλλο χαρτί και σχεδιάζετε πάνω του ένα αρσενικό ανδρείκελο (όπως στο σχήμα).

Μόλις σχεδιάσετε το παρακείμενο σχήμα, στην πίσω πλευρά του φύλλου με το ανδρείκελο θα γράψετε έναν κατάλογο με όλα τα ονόματα των αρσενικών ανθρώπων που σας έχουν πονέσει, στενοχωρήσει, ενοχλήσει ή προσβάλλει!

- Ακολουθώντας, κάνετε πολλά φωτ/φα πρόσθιας και οπίσθιας όψης του φύλλου χαρτιού, όπου εργάζεστε.

- Κατόπιν:

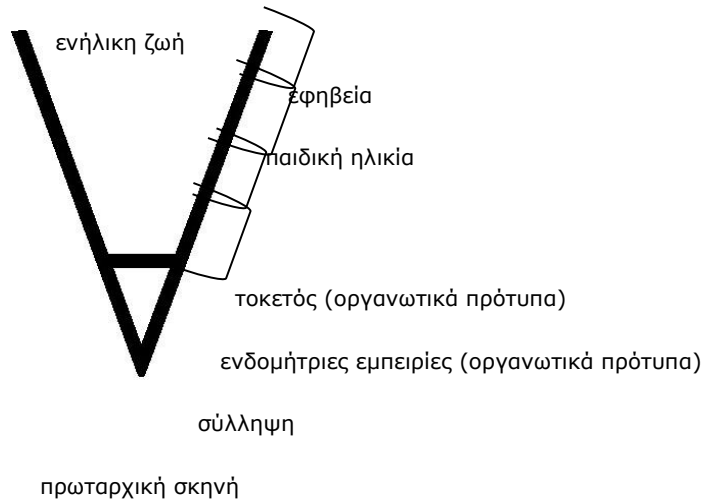
- Θα προσέξετε τα μάτια στο σχήμα να έχουν ζωγραφιστεί εμφανώς.
- Θα προσέξετε το στόμα να σχεδιαστεί με τα δόντια, ακριβώς όπως δείχνει το σχήμα.
- Θα μαυρίσετε όλο το σχήμα με μαύρο μολύβι ή με μαύρο στυλό.

- Στη συνέχεια, θα κάνετε κάποιες ενέργειες, που αναφέρονται στην παραμορφωμένη αυτοεικόνα που έχετε για το σώμα σας εξαιτίας της ενοχοποίησης της γλώσσας του σώματός σας, δηλαδή εξαιτίας της εσωτερίκευσης της ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας Α κατά την εμβρυϊκή, τη νεογνική, την βρεφική και την μικρή παιδική σας ηλικία! Λοιπόν:

- Τρυπάτε με καρφίτσα τα μάτια του ανδρείκελου, για τους λόγους που σας εξήγησα ήδη κατά την ανάλυση της ψυχικής γομολάστιχας των ματιών.
- Τρυπάτε με καρφίτσα τα δόντια του ανδρείκελου, για τους λόγους που σας εξήγησα ήδη κατά την ανάλυση της ψυχικής γομολάστιχας του στόματος.
- Τρυπάτε με καρφίτσα όλο το ανδρείκελο μεθοδικά, στο κεφάλι, στον λαιμό, στο σώμα, στα γεννητικά όργανα, στα πόδια και στα χέρια.

▪ Το έμβρυο μέσα στη μήτρα μαθαίνει να αντιλαμβάνεται την αυτοεικόνα του εγγράφοντας μέσα του σχέσεις χώρου-μορφής και λειτουργίας, είτε με καθεστώς φωτογραφίας Α συνήθως, είτε με καθεστώς φωτογραφίας Β σπανιότερα! Το κύριο επιμήκες σχήμα με το οποίο το έμβρυο σχετίζεται και ταυτίζεται είναι ο ομφάλιος λώρος! Οπότε, αν επικρατεί κατάσταση φωτογραφίας Α, όλα τα επιμήκη τμήματα του σώματος του εμβρύου φορτίζονται με ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α! Αυτή είναι η ενοχοποίηση της γλώσσας του σώματος, όπου υπάρχουν επιμήκη μέρη, όπως ο λαιμός, ο φαλλός επί αρσενικών, τα χέρια, τα πόδια, ο πεπτικός σωλήνας, ο οποίος είναι το αντηχείο όλων των συγκινήσεων έκτοτε! Αυτές οι αρχέγονες ενδομήτριες εμπειρίες λειτουργούν έκτοτε ως οργανωτικά πρότυπα, δηλαδή όλες οι μεταγενέστερες σχετικές εμπειρίες θα εντάσσονται στην ποιότητα ανταπόκρισης που καθορίζουν τα οργανωτικά πρότυπα! Αυτά τα οργανωτικά πρότυπα όσο πιο αρχέγονα είναι, τόσο ισχυρότερη επιρροή ασκούν! Δείτε το παρακείμενο σχήμα με αντεστραμμένο κώνο.

3-6 πρώτα χρόνια



▪ Το δευτερεύον επίμηκες σχήμα με το οποίο το έμβρυο διαμορφώνει την αυτοεικόνα του είναι το μεγάλο δάκτυλο του δεξιού χεριού συνήθως, το οποίο είναι συνεχώς μέσα στο στόμα του! Περισσότερα γι' αυτό, εδώ παρέλκουν.

#### ΕΙΚΟΝΑ ΜΕΓΑΛΟΥ ΔΑΚΤΥΛΟΥ ΣΤΟ ΣΤΟΜΑ

- Ακολουθώντας, τσαλακώνετε – συνθλίβετε το φύλλο χαρτιού με τα σχέδια και τα ονόματα μέσα στην παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Κατόπιν, ποδοπατάτε το φύλλο χαρτιού με τα σχέδια και τα ονόματα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Μετά, τρυπάτε με καρφίτσα τα μάτια του ανδρείκελου, για τους ίδιους λόγους, τους οποίους αναφέραμε όταν περιγράφηκε η ψυχική γομολάστιχα με τα μάτια από πλαστελίνη. Το ίδιο ισχύει και για το στόμα (τα δόντια). Ομοίως, για όλο το ανδρείκελο, μεθοδικά από το κεφάλι, στον λαιμό, στο σώμα, στα γεννητικά όργανα, στα πόδια.
- Ακολουθώντας, τεμαχίζετε το φύλλο χαρτιού με τα σχέδια και τα ονόματα είτε με ψαλίδι, είτε με τα χέρια σας, ώστε να γίνει χαρτοπόλεμος, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Κατόπιν, καίτε τον χαρτοπόλεμο με πράσινο οινόπνευμα, κατά τα γνωστά.
- Μετά, ρίχνετε τις στάχτες στη λεκάνη της τουαλέτας, όπου πυροβολούνται με ελαφρά και βαρέα όπλα.
- Τέλος, ενεργοποιείτε το καζανάκι και παρατηρείτε τον σίφωνα του νερού να οδηγεί τις στάχτες και τα υπόλοιπα στην αποχέτευση.
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.

- Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**ΓΕΝΙΚΗ ΟΔΗΓΙΑ:** κάνετε αυτή την προπαρασκευαστική, ψυχική γομολάστιχα μία φορά την ημέρα, από 10 μέρες τουλάχιστον! Κατόπιν, εφαρμόζετε την κυρίως ψυχική γομολάστιχα (αμέσως παρακάτω).

**15)** Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά:

- Πλάθετε με αυτό ένα αρσενικό ανδρείκελο, σαν αυτό που σχεδιάσατε στην προπαρασκευαστική, ψυχική γομολάστιχα μόλις προηγουμένως.

▪ Τα χρώματα πλαστελίνης τα οποία σας συνιστώ να δοκιμάσετε πρώτα είναι ή το κόκκινο ή το ροζ που έχει η σάρκα μας, ή το μαύρο που συμβολίζει τα συναισθηματικά σκουπίδια θανάτου μέσα μας. Επίσης, μπορείτε να δοκιμάσετε το κίτρινο χρώμα πλαστελίνης που συμβολίζει τα βαθύτατα εγκατεστημένα, μέσα στα θεμέλια της προσωπικότητας, συναισθηματικά σκουπίδια μας από την εποχή που το έμβρυο αποτελείται από λίγα κύτταρα και έχει τη μορφή μικρού μούρου. Το μικρό αυτό μούρο καλείται μοριδίο και ΕΧΕΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΧΡΩΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΓΝΩΡΙΖΕΙ! Πρόκειται ακριβώς για περίπτωση εξωαισθητηριακής αντίληψης και κυτταρικής μνήμης!

- Όταν κατασκευάζετε το ανδρείκελο με πλαστελίνη θα προσέξετε τα εξής:

- τα μάτια να είναι εμφανή, σχεδιάστε τα με μία καρφίτσα!
- το στόμα να σχεδιαστεί ακριβώς με τα δόντια, όπως δείχνει το σχήμα, με τη βοήθεια μίας καρφίτσας!

- Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα τα μάτια του ανδρείκελου, για τους ίδιους λόγους που γνωρίζετε ήδη, όταν κάνετε το ανδρείκελο στο χαρτί και όταν κάνετε την ψυχική γομολάστιχα με τα μάτια από πλαστελίνη.

- Μετά, τρυπάτε με καρφίτσα τα δόντια του ανδρείκελου, για τους λόγους που γνωρίζετε ήδη, όταν κάνετε το ανδρείκελο στο χαρτί και όταν κάνετε την ψυχική γομολάστιχα με το στόμα από πλαστελίνη.

- Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα όλο το ανδρείκελο, μεθοδικά από το κεφάλι, στον λαιμό, στο σώμα, στα γεννητικά όργανα και στα πόδια - χέρια, για τους γνωστούς λόγους (το απορριπτόμενο έμβρυο από την



μήτρα, αισθάνεται ότι το τρυπούν πυρωμένα καρφιά).

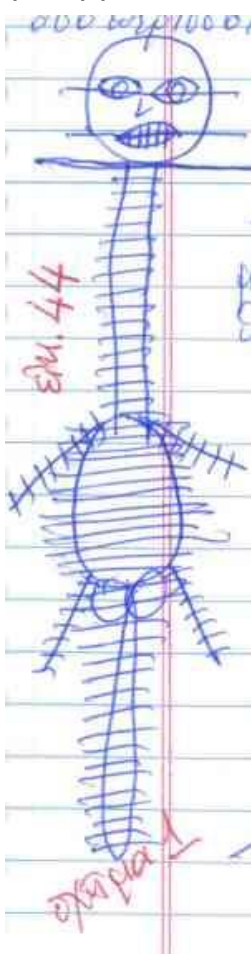
- Ακολουθως, αποκεφαλίζετε το ανδρείκελο και τεμαχίζετε το κεφάλι με ένα μαχαίρι, πρώτα στην περιοχή των ματιών και κατόπιν στην περιοχή του στόματος, για τους γνωστούς λόγους (ως συμβολική αναπαράσταση του τεμαχιστικού βιώματος που έχει το απορριπτόμενο έμβρυο από την μήτρα).

▪ Για την συμβολική, αναπαραστατική, θεραπευτική αξία του αποκεφαλισμού σας έχω μιλήσει ήδη, κατά την ψυχική γομολάστιχα με το ψάρι, όπου συμπεριλαμβάνεται και ο αποκεφαλισμός του.

- Κατόπιν, τεμαχίζετε μεθοδικά το υπόλοιπο ανδρείκελο, κόβοντας σε λεπτές φέτες τον λαιμό (και μετά το υπόλοιπο σώμα) όπως τεμαχίζεται η μορταδέλα, διότι όσο περισσότερα τα τεμαχίσματα, τόσο θεραπευτικότερο είναι το αποτέλεσμα! Δείτε το σχήμα 1, λίγο παρακάτω.

## **B) Η ΠΡΟΠΑΡΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ ΣΤΗΝ ΔΕΥΤΕΡΗ** ψυχική γομολάστιχα

περιλαμβάνει τα εξής:



σχήμα 1



σχήμα 2

- Κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης των ενεργειών αυτής της πρακτικής.

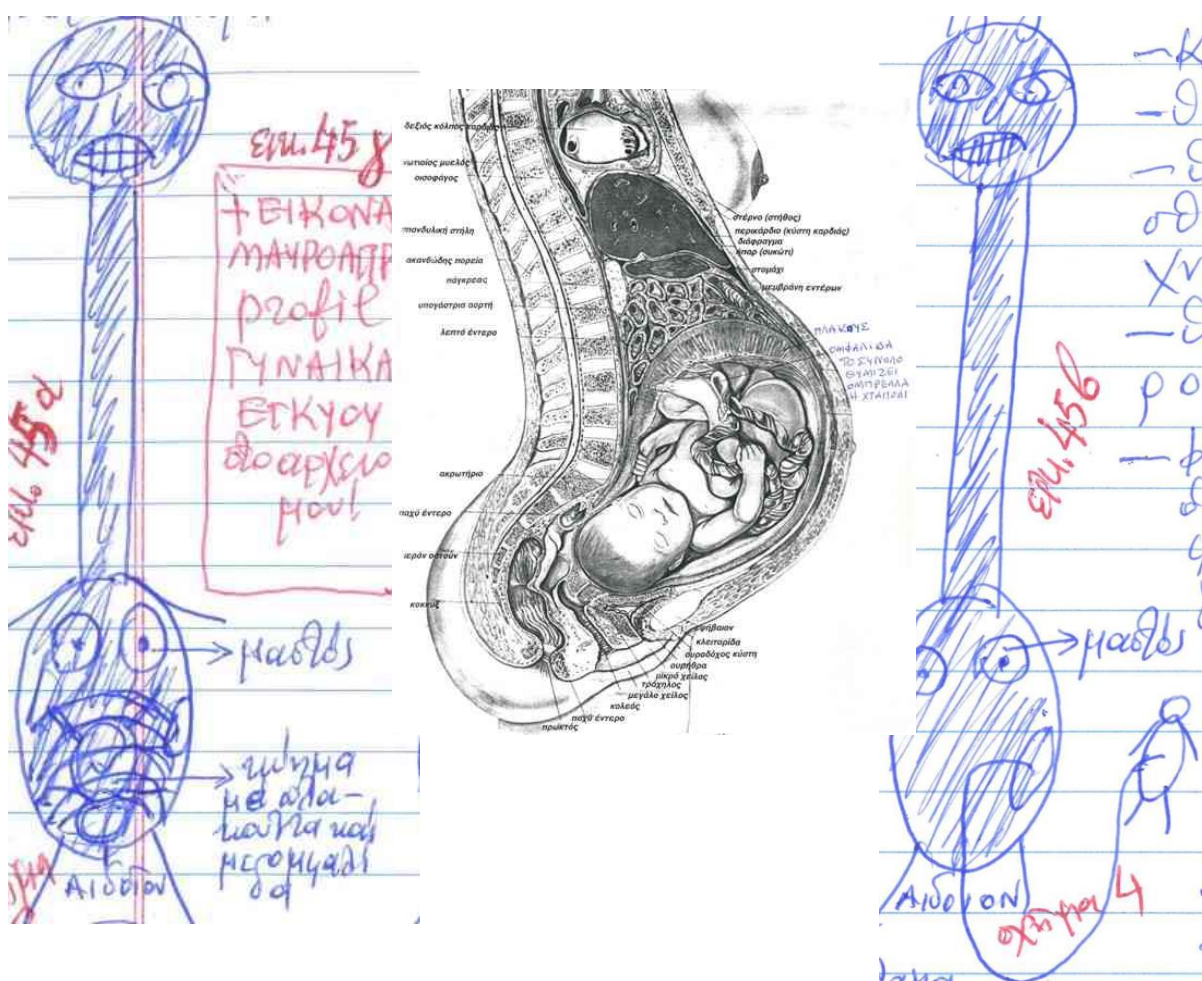
- Παίρνετε ένα λευκό φύλλο χαρτί και σχεδιάζετε πάνω του με μαύρο

μολύβι ένα δυσανάλογα παραμορφωμένο ανδρικό, θηλυκό έγκυο, όπως φαίνεται στο σχήμα 2.

- Κατόπιν, μαυρίζετε όλο το ανδρικό με μαύρο μολύβι.

- Μετά, παίρνετε μία πραγματική γομολάστιχα και μεθοδικά σβήνετε ολοσχερώς ό,τι σχεδιάσατε.

- Κατόπιν, παίρνετε ένα νέο φύλλο χαρτί και σχεδιάζετε πάνω του ένα θηλυκό ανδρικό έγκυο (σχήμα 2). Μόλις σχεδιάσετε στο χαρτί το σχήμα, θα γράψετε στην πίσω πλευρά του φύλλου με το ανδρικό έναν κατάλογο με όλα τα ονόματα των θηλυκών ανθρώπων που σας έχουν πονέσει, στενοχωρήσει, ενοχλήσει ή προσβάλλει!



εικόνα μαυρόασπρη προφίλ γυναίκα εγκύου

- Ακολουθώντας, κάνετε πολλά φωτ/φα πρόσθιας και οπίσθιας όψης του φύλλου χαρτιού, όπου εργάζεστε.

- Κατόπιν:
  - θα προσέξετε τα μάτια να είναι εμφανή.
  - θα προσέξετε το στόμα να σχεδιαστεί με τα δόντια, ακριβώς όπως δείχνουν τα σχήματα 3 και 4.
  - θα μαυρίσετε όλο το σχήμα με μαύρο μολύβι ή με μαύρο στυλό.
  
- Στη συνέχεια, θα κάνετε κάποιες ενέργειες, που αναφέρονται στην παραμορφωμένη αυτοεικόνα που έχετε για το σώμα της μητέρας σας όταν σας κυοφορούσε. Εκείνη την εποχή δεν ξεχωρίζατε την εικόνα τη δική σας από την εικόνα της μητέρας σας! Επιπλέον, όλη η εικόνα ήταν ενοχοποιημένη εξαιτίας της εσωτερίκευσης της ενεργειακής κατάστασης φωτ/φίας Α κατά την εμβρυϊκή, τη νεογνική, την βρεφική και την μικρή παιδική σας ηλικία! Λοιπόν:
  - στο ένα ανδρείκελο αναπαριστάται συμβολικά η παγίδευσή σας μέσα στη μήτρα-έγκυο κοιλιά της μητέρας σας (σχήμα 3).
  - στο άλλο ανδρείκελο αναπαριστάται η επιτυχής έξοδός σας από την μήτρα-έγκυο κοιλιά της μητέρας σας (σχήμα 4).
  - όσοι από εσάς έχετε ιστορικό περιέλιξης της ομφαλίδας σας γύρω σας, σχεδιάστε το έμβρυο και το νεογνό περιελιγμένο από την ομφαλίδα του. Δείτε τα προηγούμενα σχετικά σχήματα.
  
- Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα τα μάτια του κάθε ανδρείκελου, για τους λόγους που έχουμε αναφέρει προηγουμένως.
  
- Μετά, τρυπάτε με καρφίτσα τα δόντια του κάθε ανδρείκελου, για τους λόγους που έχουμε αναφέρει προηγουμένως.
  
- Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα και τα δύο ανδρείκελα στην ολότητά τους, μεθοδικά από το κεφάλι, στον λαιμό, στο σώμα, ιδιαίτερα στους μαστούς, στην κοιλιά όπου στο ένα ανδρείκελο περιέχει το έμβρυο, ενώ στο άλλο είναι κενή και περιέχει μόνο τον πλακούντα με ένα μέρος της ομφαλίδας, στην περιοχή των γεννητικών οργάνων του κάθε θηλυκού ανδρείκελου, στα χέρια και στα πόδια.
- Στο θηλυκό ανδρείκελο όπου το έμβρυο έχει γεννηθεί (σχήμα 4), θα του τρυπήσετε με την καρφίτσα την ομφαλίδα που το συνδέει με την μητέρα του. Οι λόγοι γι' αυτό, είναι ήδη γνωστοί.

**Σημείωση:** όσον αφορά το γεννημένο έμβρυο, σε μία επανάληψη της ψυχικής γομολάστιχας θα το τρυπάτε με την καρφίτσα, στην επόμενη επανάληψη δεν θα το τρυπάτε κοκ. Έτσι, θα έχετε το βίωμα ότι είναι μία κατάσταση που έχει λήξει!

- Ακολουθώντας, τσαλακώνετε – συνθλίβετε το φύλλο χαρτιού με τα σχέδια και τα ονόματα μέσα στην παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Κατόπιν, ποδοπατάτε το φύλλο χαρτιού με τα σχέδια και τα ονόματα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Ακολουθώντας, τεμαχίζετε το φύλλο χαρτιού με τα σχέδια και τα ονόματα

είτε με ψαλίδι, είτε με τα χέρια σας, ώστε να γίνει χαρτοπόλεμος, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Κατόπιν, καίτε τον χαρτοπόλεμο με πράσινο οινόπνευμα, κατά τα γνωστά.
- Μετά, απορρίψτε τις στάχτες στη λεκάνη της τουαλέτας, όπου πυροβολούνται με ελαφρά και βαρέα όπλα.
- Τέλος, ενεργοποιείτε το καζανάκι και παρατηρείτε τον σίφωνα του νερού να οδηγεί τις στάχτες και τα υπόλοιπα στην αποχέτευση.
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**ΓΕΝΙΚΗ ΟΔΗΓΙΑ:** κάνετε αυτή την προπαρασκευαστική, ψυχική γομολάστιχα μία φορά την ημέρα, επί 10 μέρες τουλάχιστον! Κατόπιν, εφαρμόζετε την κυρίως ψυχική γομολάστιχα (αμέσως παρακάτω).

**16)** Παίρνετε από ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά:

- Πλάθετε με αυτό ένα θηλυκό ανδρείκελο έγκυο, σαν αυτό που σχεδιάσατε στην προπαρασκευαστική, ψυχική γομολάστιχα μόλις προηγουμένως.
- Τα χρώματα πλαστελίνης τα οποία σας συνιστώ να δοκιμάσετε πρώτα είναι ή το κόκκινο ή το ροζ που έχει η σάρκα μας, ή το μαύρο που συμβολίζει τα συναισθηματικά σκουπίδια θανάτου μέσα μας. Επίσης, μπορείτε να δοκιμάσετε το κίτρινο χρώμα πλαστελίνης που συμβολίζει τα βαθύτατα εγκατεστημένα, μέσα στα θεμέλια της προσωπικότητας, συναισθηματικά σκουπίδια μας από την εποχή που το έμβρυο αποτελείται από λίγα κύτταρα και έχει τη μορφή μικρού μούρου. Το μικρό αυτό μούρο καλείται μορίδιο και ΕΧΕΙ ΚΙΤΡΙΝΟ ΧΡΩΜΑ ΚΑΙ ΤΟ ΓΝΩΡΙΖΕΙ! Πρόκειται ακριβώς για περίπτωση εξωαισθητηριακής αντίληψης και κυτταρικής μνήμης!

- Όταν κατασκευάζετε το ανδρείκελο με πλαστελίνη θα προσέξετε τα

εξής:

- τα μάτια να είναι εμφανή, σχεδιάστε τα με μία καρφίτσα!
- το στόμα να σχεδιαστεί ακριβώς με τα δόντια, όπως δείχνει το σχήμα, με τη βοήθεια μίας καρφίτσας!

- Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα τα μάτια του κάθε ανδρείκελου, για τους ίδιους λόγους που γνωρίζετε ήδη, όταν κάνατε το ανδρείκελο στο χαρτί και όταν κάνατε την ψυχική γομολάστιχα με τα μάτια από πλαστελίνη.

- Μετά, τρυπάτε με καρφίτσα τα δόντια του κάθε ανδρείκελου, για τους λόγους που γνωρίζετε ήδη, όταν κάνατε το ανδρείκελο στο χαρτί και όταν κάνατε την ψυχική γομολάστιχα με το στόμα από πλαστελίνη.

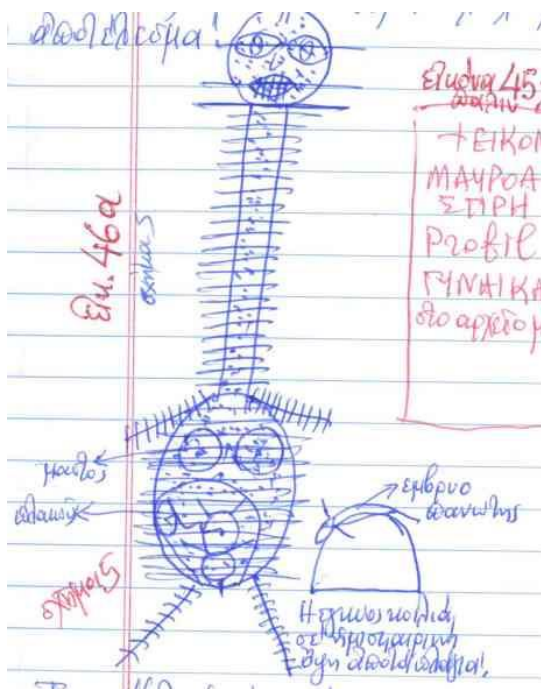
- Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα και τα δύο ανδρείκελα στην ολότητά τους, μεθοδικά από το κεφάλι, στον λαιμό, στο σώμα με έμφαση στους μαστούς, στην έγκυο κοιλιά της γυναίκας και στην άδεια κοιλιά, στα γεννητικά όργανα, στα χέρια και στα πόδια. Επίσης, τρυπάτε με έμφαση τον πλακούντα και την ομφαλίδα, ιδίως στο γεννημένο νεογνό. Τέλος, τρυπάτε το νεογνό εναλλάξ κατά τις επαναλήψεις αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, δηλαδή μία φορά τα τρυπάτε, μία όχι! Έτσι, θα παίρνει το μήνυμα ο εγκέφαλός σας ότι είναι μία κατάσταση ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ!

▪ Τα τρυπήματα που προαναφέραμε γίνονται για τους γνωστούς λόγους (το απορριπτόμενο έμβρυο αισθάνεται ότι το τρυπούν πυρωμένα καρφιά).

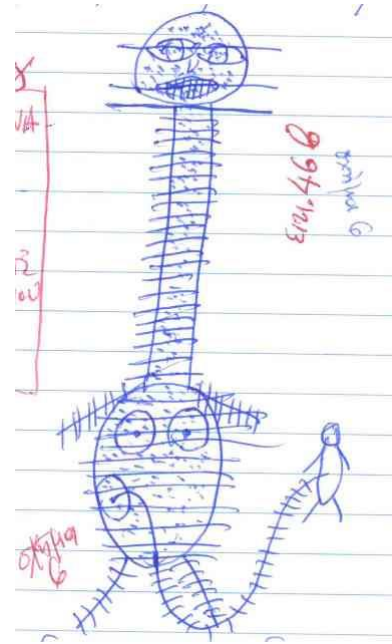
- Ακολουθώς, αποκεφαλίζετε το κάθε ανδρείκελο και τεμαχίζετε το κάθε κεφάλι με ένα μαχαίρι, πρώτα στην περιοχή των ματιών και κατόπιν στην περιοχή του στόματος, για τους γνωστούς λόγους (ως συμβολική αναπαράσταση του τεμαχιστικού βιώματος που έχει το απορριπτόμενο έμβρυο από την μήτρα).

▪ Για την συμβολική, αναπαραστατική, θεραπευτική αξία του αποκεφαλισμού σας έχω μιλήσει ήδη, κατά την ψυχική γομολάστιχα με το ψάρι, όπου συμπεριλαμβάνεται και ο αποκεφαλισμός του.

- Κατόπιν, τεμαχίζετε μεθοδικά το υπόλοιπο από το κάθε ανδρείκελο, κόβοντας σε λεπτές φέτες τον λαιμό (και μετά το υπόλοιπο σώμα) όπως τεμαχίζεται η μορταδέλα, διότι όσο περισσότερα τα τεμαχίσματα, τόσο θεραπευτικότερο είναι το αποτέλεσμα! Δείτε τα σχήματα 5 και 6.



Ανδρικό θηλυκό με το έμβρυο στη μήτρα



Ανδρικό θηλυκό με το έμβρυο έξω από τη μήτρα

## ΕΙΚΟΝΑ ΓΥΝΑΙΚΑΣ ΕΓΚΥΟΥ PROFIL



- Τεμαχίζετε ομοίως τα χέρια και τα πόδια του κάθε ανδρείκελου.
- Κατόπιν, τεμαχίζετε τον κορμό του κάθε ανδρείκελου, με έμφαση στους μαστούς.
- Μετά, τεμαχίζετε την κοιλιά του κάθε ανδρείκελου, στο ένα από αυτά διογκωμένα (σχήμα 5), διότι έτσι συμβολίζεται η κυοφορία της.
- Τεμαχίζετε ομοίως με έμφαση την περιοχή του αιδοίου του κάθε ανδρείκελου.
- Επίσης, τεμαχίζετε την ομφαλίδα που εξέρχεται από το ένα ανδρείκελο (σχήμα 6). Κατά τις επαναλήψεις αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, τη μία φορά θα τεμαχίζετε και το νεογνό και την επόμενη όχι, κοκ. Έτσι, θα πάρει το μήνυμα ο εγκέφαλός σας ότι είναι μία κατάσταση ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ!
- Ακολουθώντας, ξαναπλάθετε τα δύο ανδρείκελα.
- Κατόπιν, συνθλίβετε το κάθε ένα ανδρείκελο μεθοδικά με πένσα ή με σφυρί, για τους γνωστούς ήδη λόγους. Η σύνθλιψη της ομφαλίδας στο ένα ανδρείκελο θα ακολουθείται τη μία φορά από καταστροφή και του νεογνού, ενώ την επόμενη όχι! Έτσι, θα πάρει το μήνυμα ο εγκέφαλός σας ότι είναι μία κατάσταση ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ!
- Ακολουθώντας, ξαναπλάθετε τα δύο ανδρείκελα.
- Μετά, γίνεται καύση των δύο ανδρείκελων, με τον γνωστό ήδη τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους, που σχετίζονται με το καυστικό βίωμα του εμβρύου, όταν απορρίπτεται από τη μήτρα.
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

- Τέλος, μπορείτε να επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές

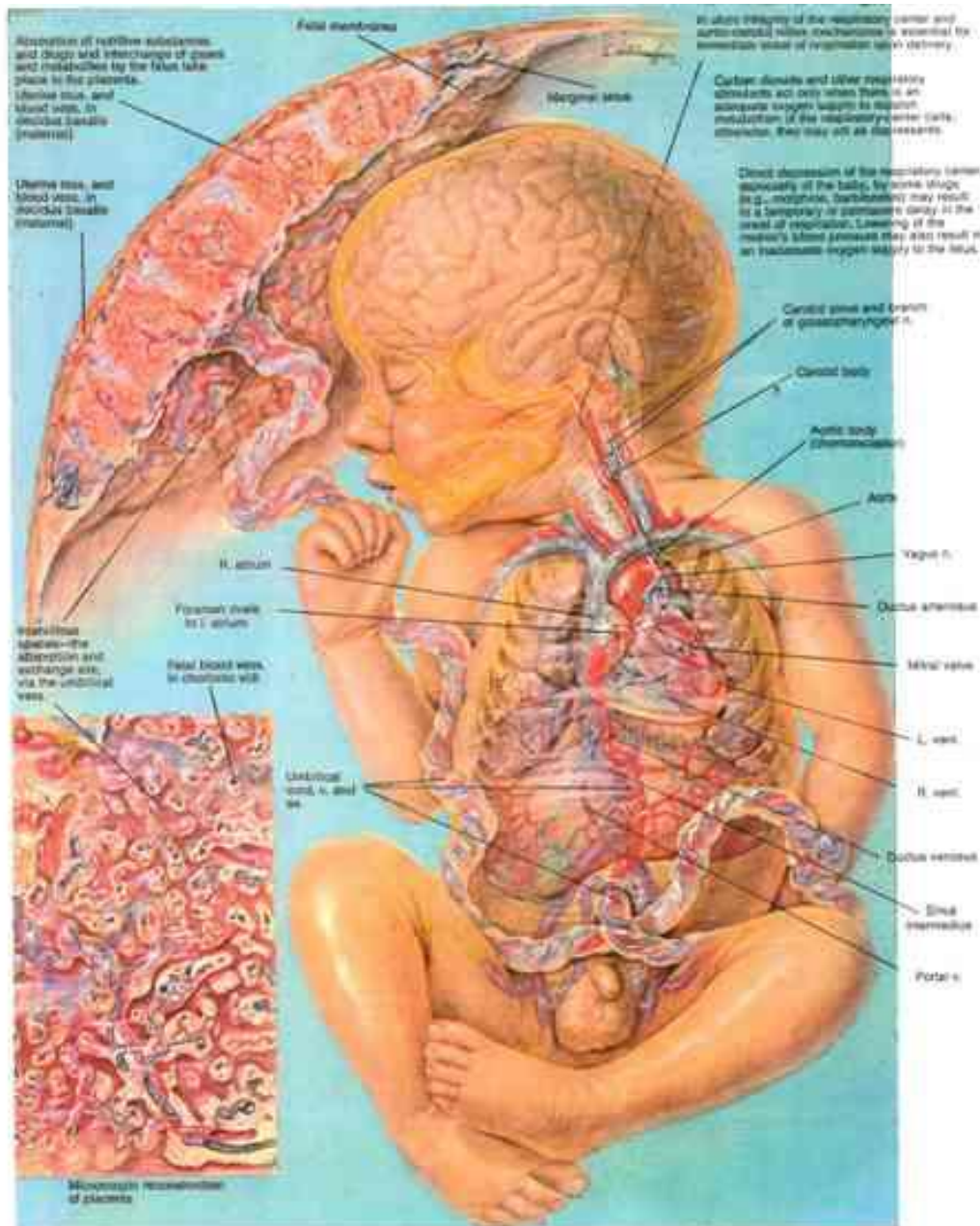
θέλετε, μέχρι να νιώσετε ανακούφιση!

## Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΠΟΥ ΑΝΑΠΑΡΙΣΤΑ ΣΥΜΒΟΛΙΚΑ ΤΗ ΣΧΕΣΗ ΤΟΥ ΠΛΑΚΟΥΝΤΑ ΜΕ ΤΟ ΕΜΒΡΥΟ ΤΟΥ

**17)** Τώρα έχει σειρά η ψυχική γομολάστιχα που αναπαριστά συμβολικά τη σχέση του εμβρύου ΜΕ ΤΟΝ ΠΛΑΚΟΥΝΤΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΟΜΦΑΛΙΔΑ ΤΟΥ, ΕΝΔΟΜΗΤΡΙΩΣ. Η σχέση αυτή γίνεται αντιληπτή κατά μέτωπον και εκ του πλαγίου.

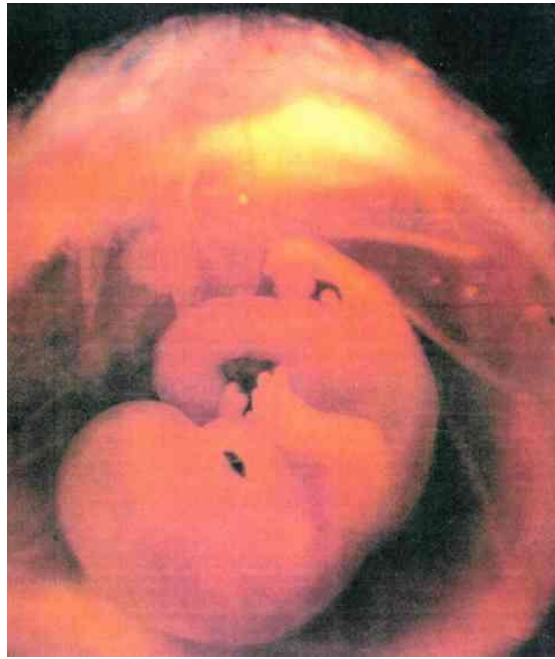
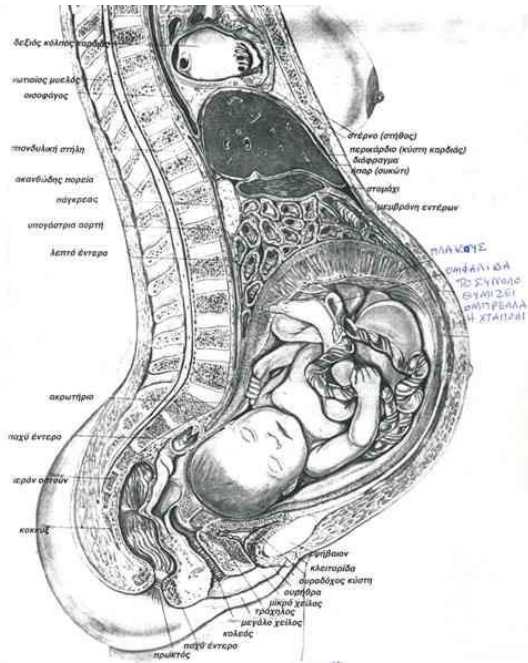
- η κατά μέτωπον σχέση θυμίζει ανοιχτή ομπρέλα, η οποία αντικρίζεται κατά μέτωπον.
- η εκ του πλαγίου σχέση θυμίζει ανοιχτή ομπρέλα, η οποία αντικρίζεται εκ του πλαγίου.

▪ Δείτε τα σχετικά σχήματα και τις σχετικές εικόνες.



— Το εμβryo, η ομφαλιδα του και ο πλακουντας του σε διατηρησια διατομη  
συμβολικα η ομπρελλα και το χταποδι





▪ Στους συμβολισμούς της ομπρέλας οι ανατομικές αντιστοιχίες έχουν ως εξής:

- Το ανοιχτό μέρος της ομπρέλας είναι η επιφάνεια του πλακούντα, συμβολικά!
- Οι μεταλλικές ακτίνες της ομπρέλας είναι τα αγγεία στην επιφάνεια του πλακούντα (αρτηρίες και φλέβες) και οι προεξοχές τις οποίες σχηματίζουν στην επιφάνεια αυτή, συμβολικά!
- Σας θυμίζω ότι το έμβρυο ενδομητρίως σχηματίζει αντίληψη χώρου, μορφής και λειτουργίας με τα υπόλοιπα περιεχόμενα της μήτρας.
- Ο άξονας και η λαβή της ομπρέλας είναι η ομφαλίδα του εμβρύου, συμβολικά!

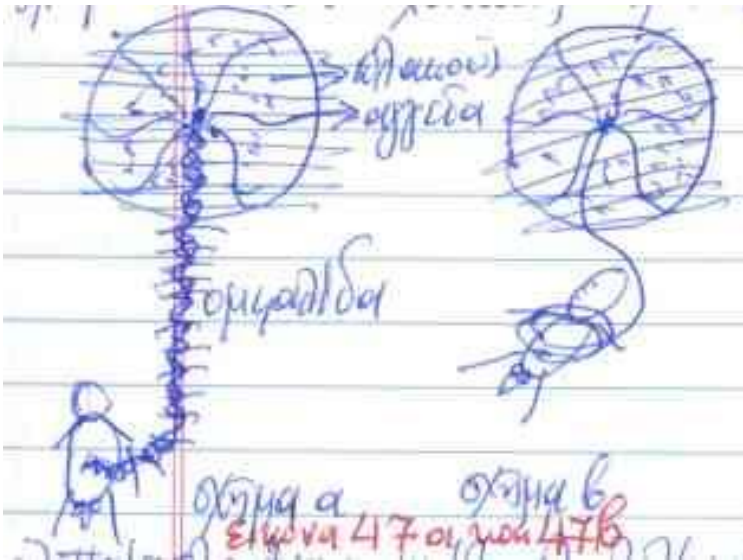
▪ Σε άτομα τα οποία έχουν ιστορικό δύσκολης κυοφορίας ή ιστορικό δύσκολου τοκετού (βιώματα θυμωμένης - απορριπτικής μήτρας) καθώς έχουμε προαναφέρει, παρατηρούνται δυσκολίες στις σχέσεις τους με την πραγματική ομπρέλα! Έτσι, στα άτομα αυτά παρατηρείται συχνά κάκιστη σχέση με την ομπρέλα τους, την οποία ξεχνούν κάπου και χάνουν κατ' επανάληψη! Τούτο, διότι τους θυμίζει όσα θέλουν να ξεχάσουν, δηλαδή τα φρικαλέα βιώματά τους, με την απορριπτική γι' αυτά μήτρα (πλακούντα - ανάγλυφο της επιφάνειάς του - ομφαλίδα τους). Επίσης, σε άτομα με βιώματα απορριπτικής μήτρας παρατηρείται συχνά ότι φοβούνται μήπως οι μεταλλικές ακτίνες της ομπρέλας τους μπουν στο μάτι και γι' αυτό αρνούνται να έχουν ή να χρησιμοποιήσουν ομπρέλα! Για τους ίδιους λόγους πολλοί άνθρωποι έχουν την αίσθηση ότι η ομπρέλα τους θα τους αγκαλιάσει και θα τους πνίξει! Επίσης, μία άλλη ομάδα ανθρώπων με παρόμοιες εμπειρίες, έχουν την αίσθηση εξαιτίας της ομπρέλας τους, ότι ένα χταπόδι θα τους αγκαλιάσει και θα τους πνίξει!

▪ Κατά ταύτα, ως Λογική συνέπεια προκύπτουν 3 είδη ψυχικής γομολάστιχας

από πλαστελίνη:

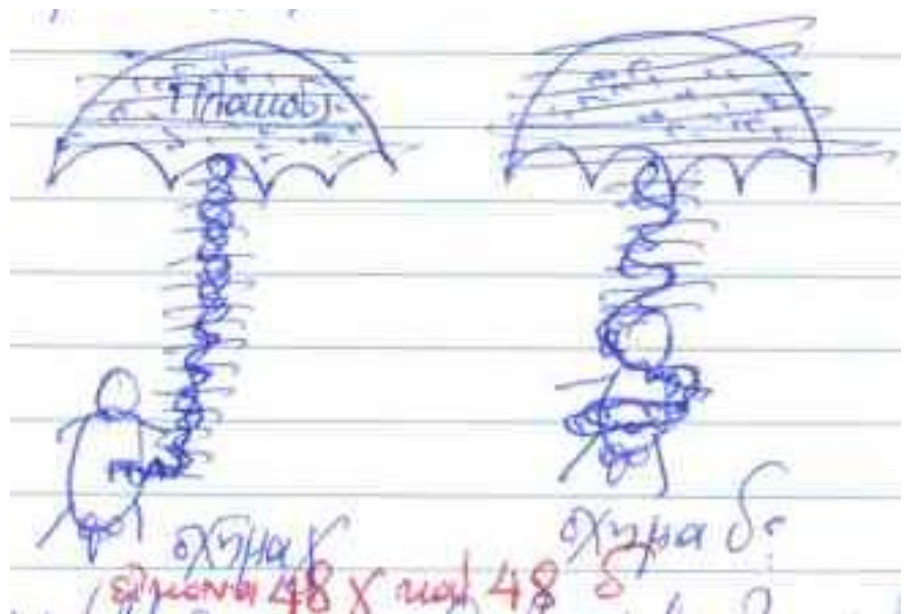
- μία ως ομπρέλα θεωρούμενη κατά μέτωπον
- μία ως ομπρέλα θεωρούμενη εκ του πλαγίου
- μία ως ομπρέλα όπου ο άξονας - λαβή - ομφαλίδα περιλίσσει γύρω από το έμβρυο

▪ Δείτε τα σχετικά, παρακείμενα σχήματα.



ομπρέλα face χωρίς  
περιέλιξη (α) & με  
περιέλιξη (β)

ομπρέλα profil χωρίς  
περιέλιξη (γ) & με  
περιέλιξη (δ)



**α)** Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά τα γνωστά και:

- πλάθετε με αυτό έναν κατά μέτωπο θεωρούμενο πλακούντα, όπου επάνω στη μία επιφάνειά του προσθέτετε λεπτές ράβδους από πλαστελίνη, που αναπαριστούν συμβολικά τα αγγεία της επιφάνειας του πλακούντα. Κατόπιν, πλάθετε και προσκολλάτε στο κέντρο του πλακούντα μία ομφαλίδα που σχηματίζεται από 3 λεπτές ράβδους από πλαστελίνη και διαπλεγμένες μεταξύ τους = οι 2 αρτηρίες και η 1 φλέβα της ομφαλίδας. Δείτε τα σχετικά σχήματα. Τέλος, πλάθετε και προσαρτάτε στο άλλο άκρο της ομφαλίδας ένα ανθρωπάκι έμβρυο.

**β)** Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, και:

- πλάθετε με αυτό έναν εκ του πλαγίου θεωρούμενο πλακούντα και προσκολλάτε στο κέντρο του μία ομφαλίδα που σχηματίζεται από 3 λεπτές ράβδους από πλαστελίνη διαπλεγμένες μεταξύ τους = οι 2 αρτηρίες και η 1 φλέβα της ομφαλίδας. Τέλος, πλάθετε και προσαρτάτε στο άλλο άκρο της ομφαλίδας ένα ανθρωπάκι έμβρυο. Δείτε τις σχετικές εικόνες.

**γ)** Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα εις διπλούν και:

- πλάθετε με το πρώτο έναν πλακούντα κατά μέτωπο και με το δεύτερο έναν πλακούντα εκ του πλαγίου, όπως ακριβώς κάνατε αμέσως προηγουμένως! Κατόπιν πλάθετε από μία ομφαλίδα με τον αμέσως προαναφερθέντα τρόπο και τις προσαρτάτε στους πλακούντες που έχετε ήδη πλάσει. Οι 2 αυτές ομφαλίδες να περιελίσσονται γύρω από το ανθρωπάκι – έμβρυο, που επίσης έχετε πλάσει. Δείτε στα παρακείμενα σχετικά σχήματα.

▪ Ακολούθως, ξεκινάτε την θεραπευτική διαδικασία:

- Σύνθλιψη με την παλάμη σας όλων των σχημάτων που πλάσατε, για τους γνωστούς λόγους.

- Ξαναπλάθετε και τα 4 σχήματα.

- Τρύπημα με καρφίτσα και των 4 σχημάτων, για τους γνωστούς λόγους! Πρώτα τρυπάτε τον πλακούντα, μετά τις αναπαραστάσεις των αγγείων του και μετά της ομφαλίδας, από την οποία εξαρτάται το έμβρυο! Όσον αφορά το έμβρυο, εναλλάξ σε μία επανάληψη θα το τρυπάτε και σε άλλη, όχι! Έτσι, θα δημιουργείται το βίωμα ότι είναι μία κατάσταση ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ!

- Τεμάχισμα με μαχαίρι και των 4 σχημάτων, για τους γνωστούς λόγους! Πρώτα τεμαχίζετε τον πλακούντα, με τα αγγεία της επιφάνειάς του και μετά της ομφαλίδας, από την οποία εξαρτάται το έμβρυο! Όσον αφορά το έμβρυο, σε μία επανάληψη θα το τεμαχίζετε και σε άλλη, όχι! Έτσι, θα δημιουργείται το βίωμα ότι είναι μία κατάσταση ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ!

- Ξαναπλάθετε και τα 4 σχήματα.

- Σύνθλιψη με πένσα ή με σφυρί και των 4 σχημάτων, για τους γνωστούς λόγους. Πρώτα σύνθλιψη του πλακούντα, με τα αγγεία της επιφάνειάς του και μετά της ομφαλίδας, από την οποία εξαρτάται το έμβρυο! Όσον αφορά το έμβρυο, σε μία επανάληψη θα το συνθλίβετε και σε άλλη, όχι! Έτσι, θα δημιουργείται το βίωμα ότι είναι μία κατάσταση ΠΟΥ ΕΧΕΙ ΛΗΞΕΙ!

- Ξαναπλάθετε και τα 4 σχήματα.

- Κάψιμο και των 4 σχημάτων, με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς λόγους.

▪ *Σημείωση:* μπορείτε να επαναλαμβάνετε τις ψυχικές γομολάστιχες

**α)** με περιελιγμένη την ομφαλίδα

**β)** με ξετυλιγμένη την ομφαλίδα, την οποία ξετυλίγετε κατά την διάρκεια της επιτέλεσης της ψυχικής γομολάστιχας.

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Όλες τις προτάσεις που αφορούν την καύση.
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

▪ Τέλος, μπορείτε να επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε, μέχρι να νιώσετε ανακούφιση!

**18)** Τώρα, έχει σειρά η ψυχική γομολάστιχα που αναπαριστά συμβολικά την εξειδικευμένη σχέση του εμβρύου με τον πλακούντα του και τις προεξοχές της επιφάνειάς του πλακούντα οι οποίες προκαλούνται από τις επιφανειακές αρτηρίες και φλέβες αυτού. Η όλη διάταξη των αγγείων αυτών ως προς το κρεμασμένο – εξαρτημένο από την ομφαλίδα του έμβρυο, θυμίζουν διάταξη πλοκάμων χταποδιού θεωρούμενων κατά μέτωπον. Δείτε το προηγούμενο σχήμα α, και την σχετική εικόνα με τα πλοκάμια του χταποδιού σε θέση κατά μέτωπον θεώρησης. Δείτε επίσης προηγουμένως τις σχετικές εικόνες (μαυρόασπρη και έγχρωμη) όπου φαίνεται ο πλακούντας με τα προεξέχοντα αγγεία της επιφάνειάς του, να επικαλύπτει θολωτά το έμβρυο!

▪ Όπως είπαμε, το έμβρυο μέσα στη μήτρα εγγράφει μνημονικά – βιωματικά μέσα του όλες τις περιβάλλουσες αυτό σχέσεις χώρου, μορφής και λειτουργίας.

▪ Όπως καταλαβαίνετε, από όσα έχουμε πει μέχρι τώρα, όταν υπάρχουν δυσχέρειες κυοφορίας (απορριπτική - θυμωμένη μήτρα ή δύσκολος, παρατεταμένος, εργώδης τοκετός ή τοκετός με εμβρυουλκία) όλες αυτές οι σχέσεις χώρου, μορφής και λειτουργίας φορτίζονται με φόβο και τοξικές –

οδυνηρές αναμνήσεις που συνιστούν ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Α. Αυτές οι τοξικές - οδυνηρές αναμνήσεις ανασύρονται και λυτρώνονται ανερχόμενες στη συνείδηση, για θεραπεία με την ψυχική γομολάστιχα του χταποδιού. Η ψυχική γομολάστιχα του χταποδιού περιλαμβάνει 2 τύπους, δηλαδή την κατά μέτωπον και την πλάγια θεώρηση.

▪ Επειδή οι αντιστάσεις ή οι θεραπευτικές αντιδράσεις σε αυτή την ψυχική γομολάστιχα μπορεί να είναι ισχυρές, θα κινηθούμε προπαρασκευαστικά, όπως και στις προηγούμενες ψυχικές γομολάστιχες. Λοιπόν:

**Α) ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΤΑ ΜΕΤΩΠΟΝ** συμβολική αναπαράσταση της σχέσης του εμβρύου και του πλακούντα του κάνετε φωτ/φα της εικόνας του χταποδιού που σας παραθέτω και ενεργείτε πάνω στο καθένα, κατά τα γνωστά και για τους γνωστούς λόγους.



Εικόνα έγχρωμου χταποδιού κατά μέτωπον και πλάγιως

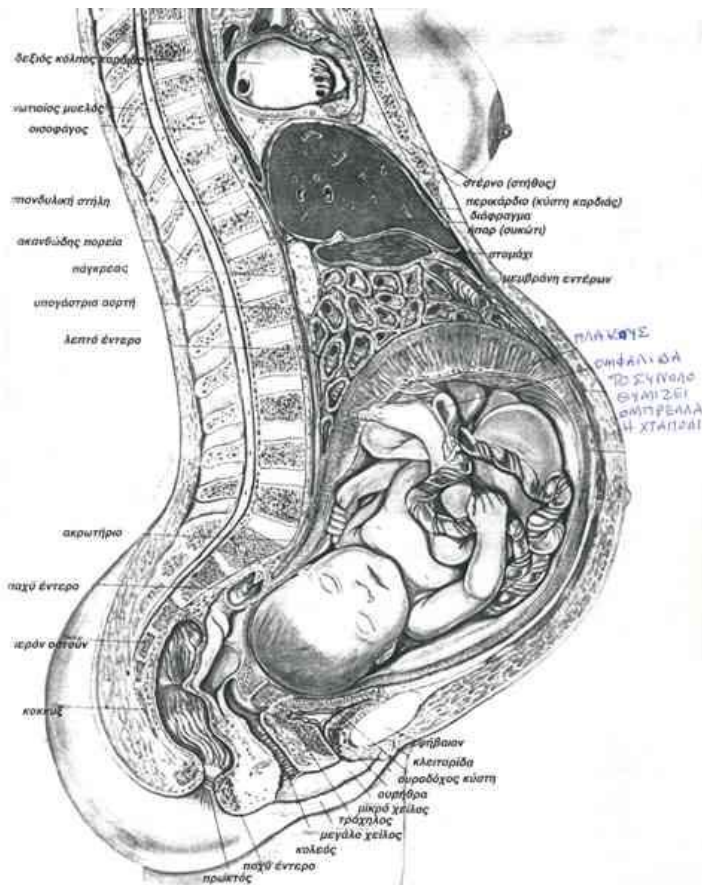
▪ Λοιπόν κάνετε:

- Τσαλάκωμα του φωτ/φου του χταποδιού (σύνθλιψη με την παλάμη σας) όπως σας τσαλάκωσε - σύνθλιψε μέσα στη μήτρα το «σαν χταπόδι», με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς λόγους!

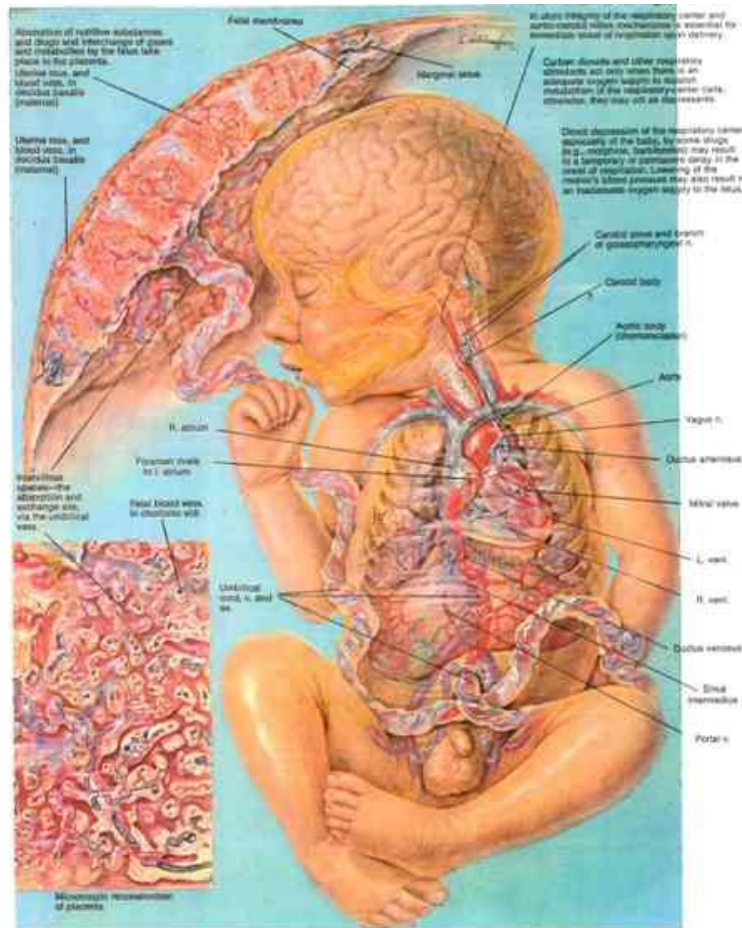
- Ποδοπάτημα στο πάτωμα, με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς λόγους!

- Τρύπημα με καρφίτσα σε όλα τα πλοκάμια του χταποδιού, **σε όλες του τις βεντούζες ιδιαίτερα**, για τους γνωστούς λόγους.

- Τσαλάκωμα - σύνθλιψη, ποδοπάτημα και τρύπημα με καρφίτσα των φωτ/αφών της εικόνας του εμβρύου μέσα στη μήτρα με τον πλακούντα και με την ομφαλίδα του, τόσο της ασπρόμαυρης, όσο και της έγχρωμης κατά τα γνωστά και για τους γνωστούς λόγους.



εικόνα ασπρόμαυρη



ΤΟ ΕΜΒΡΥΟ, Η ΟΜΦΑΛΙΔΑ ΤΟΥ ΚΑΙ Ο ΠΛΑΚΩΝΤΑΣ ΤΗΣ ΣΕ ΠΑΡΤΙΑ ΔΙΑΤΟΜΗ ΣΥΜΒΟΛΙΚΑ Η ΟΜΠΡΕΛΛΑ ΚΑΙ ΤΟ ΧΤΑΠΟΥΔΙ

εικόνα έγχρωμη εμβρύου ως προς τον πλακούντα του

- Τεμάχισμα με ψαλίδι ή με τα χέρια όλων των ειδών φωτ/αφών που αναφέραμε μέχρι τώρα, ώστε να γίνει χαρτοπόλεμος, για τους γνωστούς λόγους.
- Κάψιμο του χαρτοπόλεμου κατά τα γνωστά και για τους γνωστούς λόγους.
- Απόρριψη της στάχτης στην λεκάνη της τουαλέτας και «πυροβολισμός» της με ελαφρά και βαρέα όπλα.
- Ενεργοποίηση στο καζανάκι, κατά τα γνωστά.
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της προπαρασκευαστικής ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε τα γνωστά:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

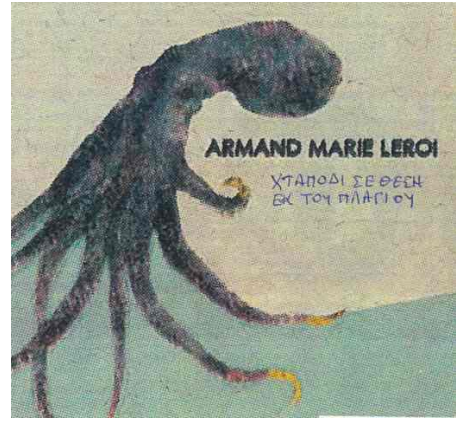
Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

- Τέλος, μπορείτε να επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε, για να νιώθετε ανακούφιση!
- Εφαρμόζετε αυτή την προπαρασκευαστική ψυχική γομολάστιχα μία φορά την ημέρα επί 10 ημέρες τουλάχιστον και μετά προχωρείτε στην ψυχική γομολάστιχα με πλαστελίνη. Δείτε παρακάτω.

**B) ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΚ ΤΟΥ ΠΛΑΓΙΟΥ** συμβολική αναπαράσταση της σχέσης του εμβρύου και του πλακούντα του κάνετε φωτ/φα των 2 εικόνων του χταποδιού που σας παραθέτω, όπου το χταπόδι απεικονίζεται εκ του πλαγίου και ενεργείτε στο καθένα ξεχωριστά, κατά τα γνωστά.



μαυρόασπρο χταπόδι



έγχρωμο χταπόδι

▪ Λοιπόν κάνετε:

- Σύνθλιψη των εικόνων με τα χέρια σας, για τους γνωστούς λόγους και με τον γνωστό τρόπο.
- Ποδοπάτημα των εικόνων, για τους γνωστούς λόγους και με τον γνωστό τρόπο.
- Τρύπημα των εικόνων με καρφίτσα ή με πρόκα, δίνοντας έμφαση στο τρύπημα του ματιού του χταποδιού, με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς λόγους. Βάφετε τα μάτια του χταποδιού γαλανά ή πράσινα, όσοι από εσάς έχετε γονείς γαλανομάτηδες ή πρασινομάτηδες.
- Τεμάχισμα των εικόνων με ψαλίδι ή με τα χέρια σας, ώστε να γίνουν χαρτοπόλεμος, για τους γνωστούς λόγους.
- Κάψιμο του χαρτοπόλεμου κατά τα γνωστά και για τους γνωστούς λόγους.
- Απόρριψη της στάχτης στην λεκάνη της τουαλέτας και «πυροβολισμός» της με ελαφρά και βαρέα όπλα, για τους γνωστούς λόγους.
- Ενεργοποίηση στο καζανάκι, κατά τα γνωστά και για τους γνωστούς λόγους.
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της προπαρασκευαστικής ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε τα γνωστά:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση.
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).



Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

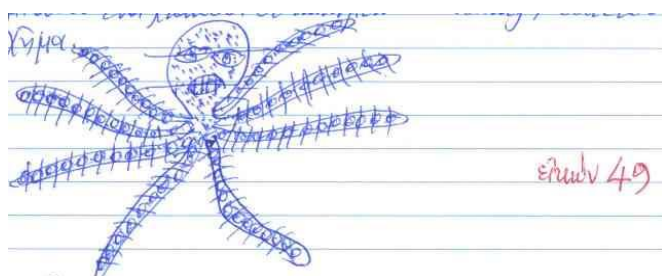
- Τέλος, μπορείτε να επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε, μέχρι να νιώσετε ανακούφιση!
- Εφαρμόζετε αυτή την προπαρασκευαστική ψυχική γομολάστιχα μία φορά την ημέρα επί 10 ημέρες τουλάχιστον και μετά προχωρείτε στην ψυχική γομολάστιχα με πλαστελίνη. Δείτε αμέσως παρακάτω.

**Σημείωση:** Κάθε πλοκάμι του χταποδιού αναπαριστά συμβολικά την ομφαλίδα. Όσοι έχουν ιστορικό περιελιγμένης ομφαλίδας ή όσοι έχουν φασκιωθεί αισθάνονται όπως ο περιτυλιγμένος άνθρωπος στο προαναφερθέν σχήμα με το μαυρόασπρο χταπόδι. Αισθάνεται ότι πνίγεται και ότι ένα μαστίγιο τον μαστιγώνει!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΧΤΑΠΟΔΙ ΑΠΟ ΠΛΑΣΤΕΛΙΝΕΣ ΣΕ ΚΑΤΑΜΕΤΩΠΟ ΔΙΑΤΑΞΗ**

**Γ) Η ΚΥΡΙΩΣ ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ με το χταπόδι από πλαστελίνη ΣΕ ΚΑΤΑΜΕΤΩΠΟΝ ΔΙΑΤΑΞΗ:**

- Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά προτίμηση ροζ ή κόκκινο που μοιάζει με την σάρκα ή μαύρο που συμβολίζει όλα τα βιώματα θανάτου που έχετε εσωτερικεύσει. Πλάθετε με αυτό ένα χταπόδι σε κατά μέτωπον διάταξη. Δείτε το παρακείμενο σχήμα.



σχήμα

- Ακολουθώντας, σχεδιάζετε ένα ζευγάρι μάτια στο κεφάλι του χταποδιού και ένα στόμα με δόντια, για τους γνωστούς λόγους.
- Κατόπιν, με μικρά κομματάκια πλαστελίνης αναπαριστάτε συμβολικά τις βεντούζες του χταποδιού στα πλοκάμια του!
- Μετά, συνθλίβετε με την παλάμη του χεριού σας το σχηματισμένο

χταπόδι, για τους γνωστούς λόγους.

- Ακολουθως, ξαναπλάθετε το χταπόδι.

- Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα ή με πρόκα τα μάτια και το στόμα του χταποδιού, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Μετά, τρυπάτε ολόκληρο το κεφάλι και όλα τα πλοκάμια του χταποδιού, με ιδιαίτερη έμφαση στις βεντούζες του.

▪ Το κεφάλι του χταποδιού συμβολίζει τον πλακούντα ενσωματωμένο στην κοιλότητα της μήτρας.

▪ Τα πλοκάμια του χταποδιού, όλα μαζί, συμβολίζουν τις προεξοχές των αγγείων στην επιφάνεια του πλακούντα (δείτε προηγουμένως) και το καθένα ξεχωριστά συμβολίζει την ομφαλίδα και την φασκιά, καθώς και τα βάσανα που αυτές προκαλούν, ιδίως αν υπάρχει απορριπτική – θυμωμένη μήτρα – ομφαλίδα. Κάθε πλοκάμι του χταποδιού αναπαριστά συμβολικά την ομφαλίδα και την φασκιά. Όσοι έχουν ιστορικό περιελιγμένης ομφαλίδας αισθάνονται όπως ο περιελιγμένος άνθρωπος στο προαναφερθέν σχήμα με το μαυρόασπρο χταπόδι (δείτε σχετικά).

- Ακολουθως, αποκεφαλίζετε το χταπόδι και κατόπιν τεμαχίζετε το κεφάλι με μαχαίρι, πρώτα στα μάτια και μετά στο στόμα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Κατόπιν, τεμαχίζετε μεθοδικά όλα τα πλοκάμια του χταποδιού, με έμφαση, ώστε οι τομές να γίνονται πάνω στις βεντούζες, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ακολουθως, ξαναπλάθετε το χταπόδι.

- Κατόπιν, συνθλίβετε με πένσα ή με σφυρί το χταπόδι, με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ακολουθως, ξαναπλάθετε το χταπόδι.

- Κατόπιν, καίτε το χταπόδι με τον γνωστό ήδη τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους.

▪ Επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε, μέχρι να νιώσετε καλύτερα! Πάντα ισχύει ο κανόνας: όσο πιο πολύ εξασκείστε, τόσο πιο καλά για εσάς! Αν για λόγους αντικειμενικούς είναι ανέφικτη η πραγματοποίηση αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, τότε μπορείτε να δοκιμάσετε να κάνετε αυτήν ΝΟΕΡΑ! ΤΟ ΙΔΙΟ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΙ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ!

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:

• «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.

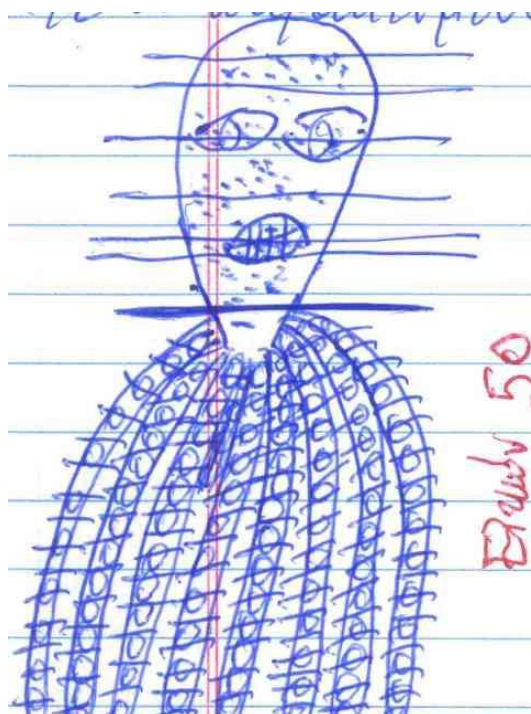
- Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην καύση, δηλαδή κατά τη διάρκεια της καύσης θα λέτε τα ειδικά λόγια για την φωτιά (δείτε σχετικά, προηγούμενα).
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος). Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟ ΧΤΑΠΟΔΙ ΑΠΟ ΠΛΑΣΤΕΛΙΝΕΣ ΣΕ ΠΛΑΓΙΑ ΔΙΑΤΑΞΗ**

**Δ) Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ** με το χταπόδι από πλαστελίνη **ΣΕ ΠΛΑΓΙΑ ΔΙΑΤΑΞΗ:**

- Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά προτίμηση ροζ ή κόκκινο που μοιάζει με την σάρκα ή μαύρο που συμβολίζει όλα τα βιώματα θανάτου που έχετε εσωτερικεύσει. Πλάθετε με αυτό ένα χταπόδι σε πλάγια διάταξη. Δείτε το παρακείμενο σχήμα.



Σχήμα

- Ακολούθως, σχεδιάζετε ένα ζευγάρι μάτια στο κεφάλι του χταποδιού και ένα στόμα με δόντια, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Κατόπιν, με μικρά κομματάκια πλαστελίνης αναπαριστάτε συμβολικά τις βεντούζες του χταποδιού στα πλοκάμια του!

- Μετά, συνθλίβετε με την παλάμη του χεριού σας το σχηματισμένο χταπόδι, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
  - Ακολούθως, ξαναπλάθετε το χταπόδι.
  - Κατόπιν, τρυπάτε με καρφίτσα ή με πρόκα τα μάτια και το στόμα του χταποδιού, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
  - Μετά, τρυπάτε ολόκληρο το κεφάλι και όλα τα πλοκάμια του χταποδιού, με ιδιαίτερη έμφαση στις βεντούζες του.
- Το κεφάλι του χταποδιού συμβολίζει τον πλακούντα, όπως είπαμε μόλις προηγουμένως.
  - Τα πλοκάμια του χταποδιού, συμβολίζουν όσα μόλις προείπαμε στην προηγούμενη ψυχική γομολάστιχα.
    - Ακολούθως, αποκεφαλίζετε το χταπόδι και κατόπιν τεμαχίζετε το κεφάλι με μαχαίρι, πρώτα στα μάτια και μετά στο στόμα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
    - Κατόπιν, τεμαχίζετε μεθοδικά όλα τα πλοκάμια του χταποδιού, με έμφαση, ώστε οι τομές να γίνονται πάνω στις βεντούζες, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
    - Ακολούθως, ξαναπλάθετε το χταπόδι.
    - Κατόπιν, συνθλίβετε με πένσα ή με σφυρί το χταπόδι, με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους.
    - Ακολούθως, ξαναπλάθετε το χταπόδι.
    - Κατόπιν, καίτε το χταπόδι με τον γνωστό ήδη τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους.
  - Επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα όσες φορές θέλετε, μέχρι να νιώσετε καλύτερα! Πάντα ισχύει ο κανόνας: όσο πιο πολύ εξασκείστε, τόσο πιο καλά για εσάς! Αν για λόγους αντικειμενικούς είναι ανέφικτη η πραγματοποίηση αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, τότε μπορείτε να δοκιμάσετε να κάνετε αυτήν νοερά! ΤΟ ΙΔΙΟ ΙΣΧΥΕΙ ΚΑΙ ΓΙΑ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ!
    - Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:
      - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
      - Κατά τη διάρκεια της καύσης θα λέτε τα ειδικά λόγια για την φωτιά (δείτε τα σχετικά προηγούμενα).
      - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
      - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης με τις δύο

προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).  
Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## **ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6ο**

### **ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ ΜΕ ΞΥΛΑ**

**1)** Παίρνετε ένα κομμάτι σανίδας και ενεργείτε επάνω του, ως εξής:

- Καρφώνετε ένα καρφί ή μία πρόκα πάνω στο ξύλο, με την βοήθεια ενός σφυριού χωρίς να εισχωρήσει το καρφί σε μεγάλο βάθος.
- Ακολουθώντας, ξεκαρφώνετε το καρφί με τη βοήθεια μίας τανάλιας ή μίας πένσας.
- Επαναλαμβάνετε την διαδικασία του καρφώματος – ξεκαρφώματος στο ξύλο πολλές φορές.
- Κατόπιν, παίρνετε μία βίδα και με τη βοήθεια ενός κατσαβιδιού την βιδώνετε σε μία τρύπα, από αυτές που άνοιξε προηγουμένως το καρφί στο ξύλο.
- Μετά, ξεβιδώνετε την βίδα με το κατσαβίδι σας και αμέσως μετά την ξαναβιδώνετε σε μία άλλη τρύπα του ξύλου, κοκ.
- Επαναλαμβάνετε την διαδικασία που σας περιέγραψα πολλές φορές.
- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της διαδικασίας θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Τα ειδικά λόγια που αναφέρονται στη φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε-εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει.
  - Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά.

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

▪ Ενίοτε, να αλλάζετε το ξύλο και να χρησιμοποιείτε ένα καινούριο ξύλο. Το παλιό ξύλο να το κάψετε, ενώ θα λέτε τα ειδικά λόγια που αναφέρονται στη φωτιά-καύση, συν το «σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....», συν το «ευλογώ και φωτίζω...», συν την διαδικασία της συν-χώρεσης-αλληλοπεριχώρεσης, κατά τα παραπάνω γνωστά!

▪ Φυσικά, καταλαβαίνετε ότι τα καρφώματα – ξεκαρφώματα, τα βιδώματα – ξεβιδώματα και τα καψίματα αναφέρονται συμβολικά στα αντίστοιχα βιώματα του εμβρύου από την απορριπτική – θυμωμένη μήτρα ή από δύσκολο, παρατεταμένο και εργώδη τοκετό ή τοκετό με εμβρουσκία, σύμφωνα με όσα αναλυτικά σας έχω αναφέρει σε προηγούμενα κεφάλαια.

**2)** Παίρνετε ένα αρκετά μεγάλο κλαδί δένδρου και το πριονίζετε ούτως ώστε να το κόψετε σε μικρά κομμάτια.

- Παίρνετε κομμάτια ξύλου που προορίζονται για τζάκι ή για ξυλόσομπα και τα σκίζετε – τεμαχίζετε με ένα τσεκούρι. Οι παραπάνω διαδικασίες μπορούν να ολοκληρωθούν με καύση των τεμαχισμένων ξύλων σε τζάκι ή σε ξυλόσομπα.

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτών των διαδικασιών θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε-εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).
- Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά.

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**3)** Παίρνετε μία ψαλίδα κλαδέματος και κλαδεύετε με αυτή δέντρα ή φυτά που έχετε στη διάθεσή σας. Τα κλαδιά έχουν επίμηκες σχήμα, δηλαδή είναι φαλλικά σύμβολα και στο απώτερο βάθος είναι ο ομφάλιος λώρος που κόπτεται!

▪ Έτσι, επέρχεται ψυχική κάθαρση, συν το πλεονέκτημα της δημιουργικής δράσης (εξιδανίκευσης), διότι με το κλάδεμα ΔΕΝ ΚΑΤΑΣΤΡΕΦΕΤΕ, ΑΛΛΑ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΤΕ! Η καλλιέργεια τόσο των φυτών όσο και των ανθρώπων συντελείται με έναν παλλόμενο δημιουργικόν οίστρο! Εμείς οι άνθρωποι έχουμε ανάγκη από συναισθηματικές και δημιουργικές διεξόδους! Η δημιουργικότητα

μας ολοκληρώνει, διότι χτυπάει την πόρτα του θεϊκού μας Εαυτού και εξασκεί τα μέρη μας που χρειάζονται αφύπνιση! Για όλους αυτούς τους λόγους, η καλλιέργεια κήπου είναι πολύ υγιεινή ψυχικά (σκάψιμο, βοτάνισμα, φύτεμα, κλάδεμα). Όταν κλαδεύετε ή βοτανίζετε να ζητάτε συγγνώμη από τα φυτά για τον πόνο που τους προκαλείτε!

- Παράλληλα, θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στην φωτιά-καύση, όταν καίτε ξερόκλαδα (δείτε προηγούμενα).
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Τέλος, την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε-εμείς είμαι) κατά τα προαναφερθέντα γνωστά.
- Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7ο

### ΟΙ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΚΕΣ ΤΗΣ ΝΟΙΚΟΚΥΡΑΣ

#### 1) Το σιδέρωμα

▪ Το σιδέρωμα ανάγεται συμβολικά στο καυστικό βίωμα της απορριπτικής μήτρας και του δύσκολου, παρατεταμένου, εργώδους τοκετού. Ανάγεται επίσης στην περιελιγμένη ομφαλίδα, στο φάσκιωμα και στην παραμονή σε θερμοκοιτίδα!

- Καθ' όλη τη διάρκεια του σιδερώματος θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Τα ειδικά λόγια για την φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).
- Επίσης θα λέτε τον νόμο της αποδοχής, κατά τα γνωστά.

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**2)** Το πλέξιμο με βελόνες ή με βελονάκι, καθώς και το κέντημα – εργόχειρο.

▪ Το πλέξιμο με βελόνες ή με βελονάκι και το κέντημα παράγουν θεραπευτικά αποτελέσματα με δύο συνδυαζόμενους τρόπους.

▪ **Πρώτον**, με την ενέργεια τρυπήματος εκφορτίζεται καταστροφικότητα, διότι αναπαριστά συμβολικά τα βιώματα απορριπτικής μήτρας, όπως έχουμε ήδη αναφέρει πολλές φορές (διαλύει ενεργειακό δυναμικό κατάστασης φωτογραφίας Α).

▪ **Δεύτερον**, είναι δημιουργική εργασία (πρόκειται για έναν παλλόμενο δημιουργικόν οίστρο) και ενεργοποιεί άμεσα την ενεργειακή κατάσταση φωτογραφίας Β, ώστε αυτή να καταλάβει την θέση της φωτογραφίας Α! Η δημιουργικότητα σας ολοκληρώνει, γιατί χτυπάει την πόρτα του Ανώτερου Θεϊκού Εαυτού σας και εξασκεί τα μέρη σας που χρειάζονται αφύπνιση!

▪ Ενστικτωδώς, πολλές γυναίκες ή κορίτσια καταφεύγουν σε αυτή την μέθοδο, για ανακούφιση, χωρίς να έχουν συνειδητή γνώση του μηχανισμού ωφέλειας που ενεργοποιείται!

▪ Δυστυχώς, πολλά από αυτά τα άτομα, μόλις μάθουν ότι το πλέξιμο ή το κέντημα είναι ψυχική γομολάστιχα σταματούν να πλέκουν ή να κεντούν! Τούτο οφείλεται στην ενεργοποίηση του εσωτερικού τους σαμποτέρ! Γι' αυτό, χρειάζεται αντίσταση στην αντίσταση που προβάλλει ο εσωτερικός σαμποτέρ! Αυτό επιτυγχάνεται με ΣΥΝΕΙΔΗΤΗ ΛΟΓΙΚΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ εκ μέρους του ενδιαφερόμενου ατόμου, ούτως ώστε οι δύο αρνήσεις (άρνηση στην άρνηση της ζωής) να παράγουν μία κατάφαση ζωής!

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) κατά τα προαναφερθέντα γνωστά!

Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά.

Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!



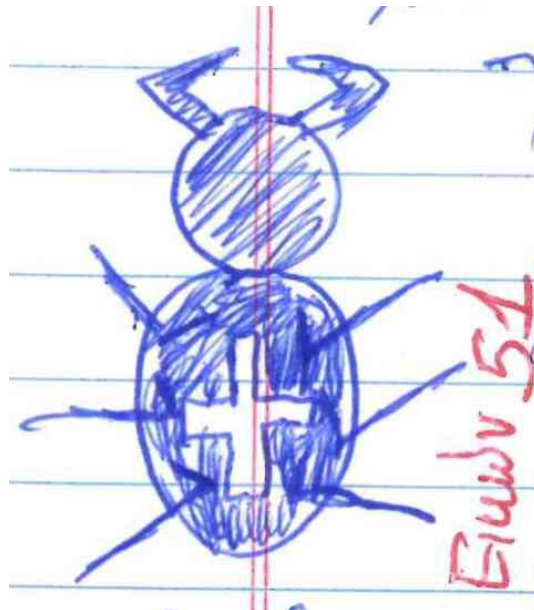
## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8ο

### ΟΙ ΑΤΑΞΙΝΟΜΗΤΕΣ ΨΥΧΙΚΕΣ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΕΣ

#### **A)** Η ψυχική γομολάστιχα με την αράχνη

▪ Προπαρασκευαστικά, για να μειωθούν οι αντιστάσεις ή οι θεραπευτικές αντιδράσεις κάνετε τα παρακάτω:

- Κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης της ενεργείας αυτής της πρακτικής!
- Σχεδιάζετε σε ένα φύλλο χαρτί μία αράχνη με μαύρο μολύβι, όπως δείχνει το παρακείμενο σχήμα. Η αράχνη συμβολίζει όλους τους φόβους σας (κατάσταση φωτογραφίας Α).



- Κατόπιν, με μία κανονική γομολάστιχα σβήνετε ολοσχερώς την σχεδιασμένη αράχνη.
- Μετά, σχεδιάζετε εκ νέου σε ένα φύλλο χαρτί μία παρόμοια αράχνη.
- Ακολουθώντας, πίσω από την σελίδα με την αράχνη γράφετε έναν κατάλογο με όλα τα ονόματα όσων σας έχουν γενικώς ενοχλήσει, αρσενικών και θηλυκών. Στα ονόματα συμπεριλαμβάνετε και το δικό σας όνομα, καθώς και τα ονόματα των παιδιών σας, για τους λόγους που σας έχω ήδη αναφέρει!
- Κατόπιν, κάνετε φωτ/γραφα της σελίδας, εμπρός και πίσω και συνεχίζετε:
- Τσαλακώνετε – συνθλίβετε το χαρτί με την αράχνη μέσα στην παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ποδοπατάτε το χαρτί στο πάτωμα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τρυπάτε την αράχνη με καρφίτσα ή με πρόκα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τεμαχίζετε το χαρτί με την αράχνη με ψαλίδι ή με τα χέρια σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Ακολουθεί καύση του χαρτοπόλεμου, με τον γνωστό τρόπο, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Μετά, ρίχνετε τις στάχτες στη λεκάνη της τουαλέτας και τις «πυροβολείτε» με ελαφρά και βαρέα όπλα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τέλος, ενεργοποιείτε το καζανάκι με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Καθ' όλη τη διάρκεια της προπαρασκευαστικής αυτής ψυχικής γομολάστιχας, θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στη φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).
 Τέλος, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

- Η προπαρασκευαστική αυτή ψυχική γομολάστιχα να γίνεται μία φορά την ημέρα, για 10 ημέρες τουλάχιστον.

**B)** Κατόπιν, προχωρείτε στην κυρίως ψυχική γομολάστιχα με πλαστελίνη.

- Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά προτίμηση ροζ ή κόκκινο που μοιάζει με την σάρκα ή μαύρο που συμβολίζει όλα τα βιώματα θανάτου που έχετε εσωτερικεύσει (τους φόβους σας). Πλάθετε με αυτό μία αράχνη, όπως ζωγραφίστηκε στο

προηγούμενο σχήμα.

- Ακολουθώντας, συνθλίβετε την αράχνη με την παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ξαναπλάθετε την αράχνη.

- Τρυπάτε την αράχνη με καρφίτσα ή με πρόκα ή με κατσαβίδι, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Τεμαχίζετε την αράχνη με μαχαίρι, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ξαναπλάθετε την αράχνη.

- Συνθλίβετε την αράχνη με πένσα ή με σφυρί, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ξαναπλάθετε την αράχνη.

- Καίτε την αράχνη, με τον γνωστό τρόπο, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

▪ Επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα, όσες φορές θέλετε την ημέρα για να νιώθετε καλύτερα!

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, θα λέτε:

• «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.

• Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στη φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).

• Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.

• Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).

Τέλος, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

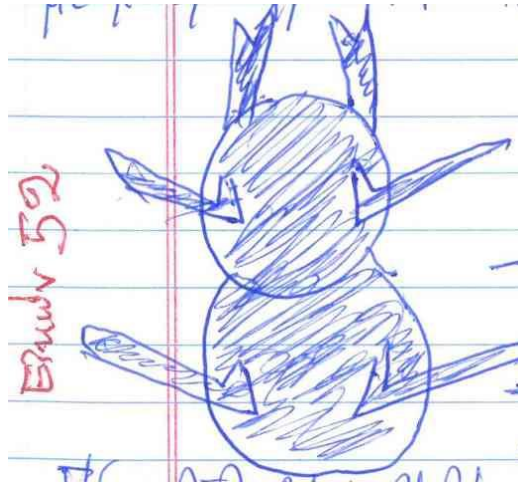
Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## **Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΚΑΒΟΥΡΑ**

**Γ)** Η ψυχική γομολάστιχα με τον κάβουρα.

▪ Προπαρασκευαστικά, για να μειωθούν οι αντιστάσεις ή οι θεραπευτικές αντιδράσεις κάνετε τα παρακάτω:

- Κάνετε τη διαδικασία συν-χώρεσης των ενεργειών αυτής της πρακτικής.
- Σχεδιάζετε σε ένα φύλλο χαρτί με μαύρο μολύβι έναν κάβουρα με μαύρο χρώμα, όπως δείχνει το παρακείμενο σχήμα. Ο κάβουρας με μαύρο χρώμα συμβολίζει όλους τους φόβους σας.



- Κατόπιν, σβήνετε ολοσχερώς τον ζωγραφισμένο μαύρο κάβουρα, με την βοήθεια μίας κανονικής γομολάστιχας.
- Μετά, σχεδιάζετε πάλι σε ένα φύλλο χαρτί έναν κάβουρα με μαύρο χρώμα.
- Ακολουθώντας, πίσω από την σελίδα με τον κάβουρα γράφετε έναν κατάλογο με όλα τα ονόματα όσων σας έχουν γενικώς ενοχλήσει, αρσενικών και θηλυκών. Στα ονόματα συμπεριλαμβάνετε και το δικό σας όνομα, καθώς και τα ονόματα των παιδιών σας, για τους λόγους που ήδη σας έχω αναφέρει!
- Κατόπιν, κάνετε φωτ/γραφα της σελίδας, εμπρός και πίσω και συνεχίζετε:
  - Τσαλακώνετε – συνθλίβετε το χαρτί με τον κάβουρα μέσα στην παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
  - Ποδοπατάτε το χαρτί στο πάτωμα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
  - Τρυπάτε τον κάβουρα με καρφίτσα ή με πρόκα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
  - Τεμαχίζετε το φύλλο χαρτιού με τον κάβουρα, με ψαλίδι ή με τα χέρια σας, για τους ήδη γνωστούς λόγους.
  - Ακολουθεί καύση του χαρτοπόλεμου, με τον γνωστό τρόπο, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Μετά, ρίχνετε τις στάχτες στη λεκάνη της τουαλέτας και τις «πυροβολείτε» με ελαφρά και βαρέα όπλα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τελικά, ενεργοποιείτε το καζανάκι με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Καθ' όλη τη διάρκεια της προπαρασκευαστικής αυτής ψυχικής γομολάστιχας, θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στη φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).
 Επίσης, θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

▪ Η προπαρασκευαστική αυτή ψυχική γομολάστιχα να γίνεται 1 φορά την ημέρα, επί 10 ημέρες τουλάχιστον.

**Δ)** Κατόπιν, προχωρείτε στην κυρίως ψυχική γομολάστιχα με πλαστελίνη.

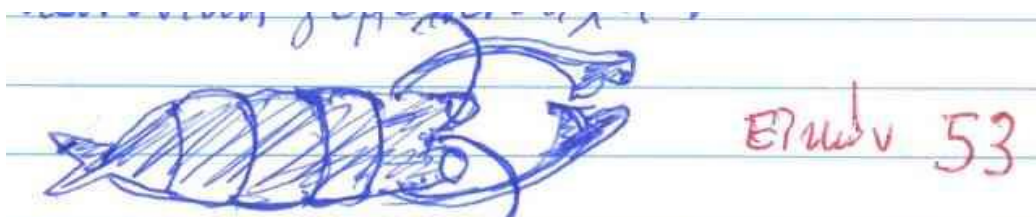
- Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά προτίμηση ροζ ή κόκκινο που μοιάζει με την σάρκα ή μαύρο που συμβολίζει όλα τα βιώματα θανάτου που έχετε εσωτερικεύσει (φόβους). Πλάθετε με αυτό έναν κάβουρα, όπως ζωγραφίστηκε στο προηγούμενο σχήμα.
- Ακολουθώντας, συνθλίβετε τον κάβουρα με την παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Ξαναπλάθετε τον κάβουρα.
- Τρυπάτε τον κάβουρα με καρφίτσα ή με πρόκα ή με κατσαβίδι, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τεμαχίζετε τον κάβουρα με μαχαίρι, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Ξαναπλάθετε τον κάβουρα.
- Συνθλίβετε τον κάβουρα με πένσα ή με σφυρί, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ξαναπλάθετε τον κάβουρα.
- Καίτε τον κάβουρα, με τον γνωστό τρόπο, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα, όσες φορές θέλετε την ημέρα για να νιώθετε καλύτερα!
  - Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, θα λέτε:
    - «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
    - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στη φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
    - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
    - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει.
    - Επίσης, θα λέγετε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά! Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους από το Φως! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

## Η ΨΥΧΙΚΗ ΓΟΜΟΛΑΣΤΙΧΑ ΜΕ ΤΟΝ ΑΣΤΑΚΟ

**Ε)** Η ψυχική γομολάστιχα με τον αστακό.

- Προπαρασκευαστικά, για να μειωθούν οι αντιστάσεις ή οι θεραπευτικές αντιδράσεις κάνετε τα παρακάτω:
  - Κάνετε την διαδικασία συν-χώρεσης των ενεργειών αυτής της πρακτικής.
  - Σχεδιάζετε σε ένα φύλλο χαρτί έναν αστακό με μαύρο μολύβι (με μαύρο χρώμα) όπως δείχνει το παρακείμενο σχήμα.
  - Κατόπιν, σβήνετε ολοσχερώς τον σχεδιασμένο με μαύρο μολύβι, μαύρο αστακό, με μία κανονική γομολάστιχα.



- Μετά, σχεδιάζετε πάλι σε ένα φύλλο χαρτί έναν αστακό με μαύρο χρώμα, σύμφωνα με το παρακείμενο σχήμα.
- Ο αστακός συμβολίζει όλους τους φόβους σας και τις θωρακίσεις της προσωπικότητάς σας (χαρακτήρα σας) οι οποίες πρέπει να διαλυθούν. Οπότε, πίσω από την σελίδα με τον ζωγραφισμένο αστακό γράφετε έναν κατάλογο με όλα τα ονόματα όσων σας έχουν γενικώς ενοχλήσει, αρσενικών και θηλυκών. Στα ονόματα συμπεριλαμβάνετε και το δικό σας όνομα, καθώς και τα ονόματα των παιδιών σας, για τους λόγους που σας έχω ήδη αναφέρει!
- Κατόπιν, κάνετε φωτ/γραφα της πρόσθιας και της οπίσθιας όψης της σελίδας και προχωρείτε στην ψυχική γομολάστιχα:
- Τσαλακώνετε – συνθλίβετε το χαρτί με τον αστακό μέσα στην παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Ποδοπατάτε το χαρτί στο πάτωμα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τρυπάτε τον αστακό με καρφίτσα ή με πρόκα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τεμαχίζετε τη σελίδα με τον αστακό, με ψαλίδι ή με τα χέρια σας, για τους ήδη γνωστούς λόγους.
- Ακολουθεί καύση του χαρτοπόλεμου, με τον γνωστό τρόπο, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Μετά, ρίχνετε τις στάχτες στη λεκάνη της τουαλέτας και τις «πυροβολείτε» με ελαφρά και βαρέα όπλα, για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Τελικά, ενεργοποιείτε το καζανάκι με τον γνωστό τρόπο και για τους γνωστούς ήδη λόγους.
- Καθ' όλη τη διάρκεια της προπαρασκευαστικής αυτής ψυχικής γομολάστιχας, θα λέτε:
  - «Σας κάνω ό,τι μου κάνατε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
  - Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στη φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
  - Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
  - Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).
 Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά!

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους, του «κακού» από το Φως, το «καλό»! Τούτο έχει **μεγάλη** αξία και

σημασία! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

- Η προπαρασκευαστική αυτή ψυχική γομολάστιχα να γίνεται 1 φορά την ημέρα, επί 10 ημέρες τουλάχιστον.

**ΣΤ)** Κατόπιν, προχωρείτε στην κυρίως ψυχική γομολάστιχα με πλαστελίνη.

- Παίρνετε ένα κομμάτι πλαστελίνης με τα προαναφερθέντα χρώματα, κατά προτίμηση ροζ ή κόκκινο που μοιάζει με την σάρκα ή μαύρο που συμβολίζει όλα τα βιώματα θανάτου που έχετε εσωτερικεύσει (φόβους). Πλάθετε με αυτό έναν αστακό, όπως ζωγραφίστηκε στο προηγούμενο σχήμα.

- Ακολουθώντας, συνθλίβετε τον αστακό με την παλάμη σας, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ξαναπλάθετε τον αστακό.

- Τρυπάτε τον αστακό με καρφίτσα ή με πρόκα ή με κατσαβίδι, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Τεμαχίζετε τον αστακό με μαχαίρι, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ξαναπλάθετε τον αστακό.

- Συνθλίβετε τον αστακό με πένσα ή με σφυρί, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Ξαναπλάθετε τον αστακό.

- Καίτε τον αστακό, με τον γνωστό τρόπο, για τους γνωστούς ήδη λόγους.

- Επαναλαμβάνετε αυτή την ψυχική γομολάστιχα, όσες φορές θέλετε την ημέρα για να νιώθετε καλύτερα!

- Καθ' όλη τη διάρκεια αυτής της ψυχικής γομολάστιχας, θα λέτε:

- «Σας κάνω ό,τι μου κάνετε και μου κάνετε....» όλες τις προτάσεις.
- Όλες τις προτάσεις που αναφέρονται στη φωτιά-καύση (δείτε προηγούμενα).
- Το «ευλογώ και φωτίζω.....» όλες τις προτάσεις.
- Την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης (εγώ είμαστε, εμείς είμαι) μαζί με τις δύο προσθήκες που σας έχω δώσει (αριθ.11, 4ο κεφάλαιο, 1ο μέρος).

Επίσης θα λέτε τον Νόμο της Αποδοχής, κατά τα ήδη γνωστά.

Έτσι, ολοκληρώνεται Η ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ ΤΗΣ ΕΞΙΣΟΡΡΟΠΗΣΗΣ του σκότους, του «κακού» από το Φως, το «καλό»! Έτσι, η αποδοχή – ΣΥΜΦΙΛΙΩΣΗ



και η Αγάπη αυτού που είστε κλείνουν την εκκρεμότητα που λέγεται ΚΑΡΜΑ!

**ΟΔΗΓΙΑ:** μπορείτε να χρησιμοποιείτε τις ψυχικές γομολάστιχες μεταξύ τους σε όλους τους δυνατούς συνδυασμούς, πχ κίτρινη πιπεριά με ανδρείκελο της εγκύου γυναίκας ή τομάτα με πράσο και με το στόμα κλπ. Οπότε κάνετε αυτούς τους συνδυασμούς που σας δίνουν τα καλύτερα δυνατά αποτελέσματα ανακούφισης! Δοκιμάστε και βρείτε τους!

## ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9ο

### **ΝΟΕΡΗ ΟΘΟΝΗ ΩΣ ΣΥΝΕΙΔΗΣΙΑΚΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ – ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΟ ΕΡΓΑΛΕΙΟ**

#### **ΕΙΣΑΓΩΓΗ**

Μπορείτε να κάνετε θεραπευτικό – δημιουργικό οραματισμό ή αλλιώς την ονομαζόμενη νοητική εικονοπλασία στη ΝΟΕΡΗ ΣΑΣ ΟΘΟΝΗ! Αυτό μπορεί να σας κάνει ικανούς/ες να θεραπεύετε τον εαυτό σας ή άλλα ζωντανά πλάσματα που αγαπάτε, όπως ανθρώπους, ζώα και φυτά! Οι γυναίκες – μητέρες ως προς τα παιδιά τους κάνουν θαύματα σε αυτό το πεδίο! Γενικότερα, η φροντίδα για τους άλλους είναι δύναμη και ΝΟΗΜΑ ΖΩΗΣ = ΥΓΕΙΑ και μακροζωΐα! Η νοητική εικονοπλασία έχει μεγάλη θεραπευτική αξία και σημασία, διότι υπηρετεί την θέληση – επιθυμία για ζωή!

- Ο οραματισμός είναι η διαδικασία εκείνη όπου ο νους σκέπτεται συνειδητά με εικόνες! Αυτές οι εικόνες επηρεάζουν εμάς και το περιβάλλον μας και γίνονται η πραγματικότητά μας! Τούτο συμβαίνει, διότι η ενέργεια υπακούει στον δημιουργικό οραματισμό μας! Ο δημιουργικός οραματισμός είναι τρόπος σκέψης και η ενέργεια υπακούει στη σκέψη! Έτσι, υπάρχει η τάση να υλοποιούνται οι εικόνες που εισάγουμε στη συνειδητότητά (αντίληψή) μας!

- Ο υποσυνείδητος νους μας δεν διακρίνει ανάμεσα στην φαντασία και στην πραγματικότητα! Έτσι, μπορούμε να θεραπεύουμε αποτελεσματικά ασθένειες ψυχικές και σωματικές, σε εμάς τους ίδιους, αλλά και στους άλλους με θεραπευτική νοητική εικονοπλασία! Δηλώστε την πρόθεσή σας και οραματιστείτε ότι στο μέλλον είναι θεραπευμένοι, είτε εσείς, είτε οι άλλοι!

- Η δύναμη της φαντασίας του ανθρώπου, όταν είναι πειθαρχημένη είναι η αντανάκλαση της Δημιουργικής Δύναμης του Σύμπαντος! Η λειτουργική φαντασία είναι εκείνη που υπηρετεί ένα στόχο!

- Ας δούμε τώρα τον οραματικό μηχανισμό:

Ο δημιουργικός οραματισμός ή νοητική εικονοπλασία είναι Σκέψη! Η Σκέψη

δημιουργεί πραγματικότητα, δηλαδή το Πνεύμα επί της ύλης! Όπου υπάρχει Πνεύμα, δεν υπάρχει θάνατος! Αυτή είναι η ψυχοκίνηση, δηλαδή ο νους που επηρεάζει την ύλη! Πρόκειται λοιπόν για Σκέψη! Η ενέργεια ακολουθεί τη Σκέψη, υπακούει στη Σκέψη, πηγαίνει όπου πηγαίνει η Σκέψη! Απεικονίζετε με το μυαλό σας εκείνο που θέλετε – επιθυμείτε να συμβεί! Η ιδέα, δηλαδή η νοητική εικόνα, η πίστη και η επιθυμία είναι η κινητήρια δύναμη! Εν αρχή ήν η επιθυμία! Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας! Έχουν μεγάλη αξία οι θετικές – δημιουργικές, νοητικές εικόνες! Ευρύτερα, όλα είναι κατάσταση πνεύματος, όπου πνεύμα = το συναίσθημα και η Λογική που αυτό γεννά, είτε ποιότητας φωτογραφίας Α (σκοτάδι, νόσος), είτε ποιότητας φωτογραφίας Β (Φως, Υγεία)!

- Εμείς εστιαζόμαστε στον οραματισμό της ανάρρωσης, δηλαδή στο Φως!

Η ΝΟΗΤΙΚΗ ΕΙΚΟΝΟΠΛΑΣΙΑ είναι μέθοδος ΑΥΤΟΚΑΘΟΔΗΓΗΣΗΣ – ΑΥΤΟΚΥΒΕΡΝΗΣΗΣ! Όταν οραματίζεστε κάτι επανειλημμένα, αυξάνετε τις πιθανότητες να συμβεί! Εισάγετε συνεχώς την εικόνα που θέλετε στη συνειδητότητά σας ώστε να υλοποιηθεί! Εξάσκηση, εξάσκηση, εξάσκηση! Η εξάσκηση είναι όλοι οι νόμοι και οι προφήτες από τους οποίους όλα εξαρτώνται! Η επανάληψη είναι η μητέρα κάθε μάθησης, διότι η επανάληψη δυναμώνει την συνήθεια! **ΕΞΙΣ ΔΕΥΤΕΡΑ ΦΥΣΙΣ!** Για όλους αυτούς τους λόγους η εξάσκηση σημαίνει λιγότερες αποτυχημένες απόπειρες! Έτσι, με την κατάλληλη στάση μπορείς να κάνεις θαύματα!

- Όταν, κατά τον θεραπευτικό οραματισμό σας εμφιλοχωρεί κάποια αρνητική εικόνα, προερχόμενη από την κατάσταση φωτογραφίας Α μέσα σας, τότε τον σταματάτε αμέσως και λέτε διαδοχικά:

- 1)** - Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις  
- Ακυρώστε-μετουσιώστε-νιώστε ευγνωμοσύνη.....πολλές επαναλήψεις  
- Μαζί με το καλό.....πολλές επαναλήψεις  
- Διευρύνομαι (δηλ. δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά).....πολλές επαναλήψεις

*Διευρύνομαι* σημαίνει δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά!

*Μεγαλώνω ψυχικά* σημαίνει ότι παίρνω στα χέρια μου τη δύναμή μου!

- 2)** Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι αρνητικές σχέσεις, αρνητικές σκέψεις, αρνητικές προτάσεις παύουν να με επηρεάζουν σε οποιοδήποτε νοητικό μου επίπεδο, συνειδητό ή υποσυνειδητό! Λέτε την δήλωση αυτή x 30 φορές. Ομοίως λειτουργούν οι λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, όταν λέγονται πολλές φορές, επαναληπτικά!

- 3)** Δηλώνω την πρόθεσή μου ότι κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα από άποψη υγείας και ισορροπίας! Λέτε την δήλωση αυτή x 30 φορές.

- 4)** Κάνετε διαδικασία συν-χώρεσης της αρνητικής εικόνας που εμφανίστηκε!

▪ Κάθε φορά που η νοητική σας εικονοπλασία (δημιουργικός οραματισμός) διακόπτεται από μία αρνητική προσδοκία, ΣΤΑΜΑΤΑΤΕ ΑΜΕΣΩΣ την νοητική σας δραστηριότητα και εξισορροπείτε υπομονετικά την αρνητική προσδοκία (σκέψη) με μία θετική προσδοκία (Σκέψη)! Μπορείτε να έχετε ετοιμάσει εκ των προτέρων ποια θα είναι η θετική προσδοκία! π.χ. σκέπτεστε ότι κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα (πολλές φορές επανάληψη). Μετά, επιστρέφετε στη διαδικασία της νοητικής εικονοπλασίας και οραματίζεστε τον εαυτό σας να πετυχαίνει τους στόχους του!

▪ ΚΑΤΑ ΤΗΝ ΝΟΗΤΙΚΗ ΕΙΚΟΝΟΠΛΑΣΙΑ αυτοθεραπείας, ο θεραπευόμενος απεικονίζει νοερά τον στόχο του, δηλαδή τους φυσιολογικούς αμυντικούς μηχανισμούς του σώματος που βοηθούν να γινόμαστε καλά! Με πίστη-εμπιστοσύνη ότι ο νους, το σώμα και τα συναισθήματά μας μπορούν να συνεργάζονται στην αποκατάσταση της υγείας μας! Πρωί και βράδυ να γίνεται ο θεραπευτικός, δημιουργικός οραματισμός της ΑΝΑΣΥΝΤΑΞΗΣ ΤΟΥ ΕΑΥΤΟΥ ΜΑΣ! Το σημείο εκκίνησης είναι η θέληση - η επιθυμία για ζωή - ίαση!

Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας, δηλαδή οι σκέψεις μας και τα συναισθήματά μας επηρεάζουν πρώτα από όλα τα κύτταρά μας!

▪ Κατά την νοητική εικονοπλασία θεραπείας του άλλου, ο θεραπευτής απεικονίζει νοερά τον στόχο του επί του θεραπευόμενου (ανθρώπου, ζώου, φυτού) καθώς προείπαμε ακριβώς. Οι μητέρες ιδίως μπορούν να θεραπεύουν έτσι τα παιδιά τους!

▪ Θα αναφερθούμε στην εφαρμογή του θεραπευτικού, δημιουργικού οραματισμού - της νοητικής εικονοπλασίας στις ακόλουθες περιπτώσεις: σε πόνους, πονοκεφάλους, σε πυρετό, σε υπέρταση, σε κοινό κρυολόγημα, φαρυγγίτιδα, λαρυγγίτιδα, σε αρθρίτιδα, σε γαστρίτιδα, σε εντερίτιδα, σε αιμορραγίες μικρών αγγείων, σε ψυχογενή σεξουαλική ανικανότητα! Εφαρμόζεται και σε νεοπλάσματα (όγκους), αλλά αυτό είναι θέμα που χρειάζεται ένα ολόκληρο βιβλίο!

## **ΓΕΝΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΝΟ**

▪ Ο πόνος είναι γήινο χαρακτηριστικό! Δείτε επίσης για τον πόνο - φόβο και στο κεφάλαιο για την «μοναξιά»!

▪ Το μυστικό με τον πόνο - φόβο - θάνατο είναι να μη σε νοιάζει όταν σε πλήττει!

▪ Συνειδητά η στάση είναι: μένε (υπόμενε) και κράτει (υπερίσχυε) με ανασύνταξη του εαυτού σου και της ζωής σου, με σταθεροποίηση και αντεπίθεση Αγάπης και αποδοχής - συμφιλίωσης, με έλεγχο του εαυτού σου και των πραγμάτων γύρω σου (με σθένος και καρτερία)!

▪ Η κορυφαία ελευθερία του ανθρώπου είναι εκείνη της ΑΥΤΟΚΥΡΙΑΡΧΙΑΣ! Ουδείς είναι ελεύθερος, αν δεν κυριαρχεί τον εαυτό του!

▪ Να μην επιδιώκεις την δυστυχία, αλλά όταν αυτή συμβαίνει να είσαι προετοιμασμένος/η να την αντέχεις, να την νικάς, να την κυριαρχείς συνειδητά! Ένωσε την καρδιά σου με τον νου σου και τον νου σου με τον Νου σε κατάσταση φωτογραφίας Β! Έτσι, θα μπορείς να λειτουργείς τόσο στο πεδίο οντοφάνειας του ανθρώπου (προσωπικότητάς του), όσο και στο υπερβατικό πεδίο Θεοφάνειας του ανθρώπου! Θεός επί γης είναι ο άνθρωπος ο οποίος ορίζει την αντίληψή του και τον εαυτό του, άρα και όλα τα γύρω του! Είναι ο άνθρωπος – θεός που αλλάζει τα δεδομένα μέσα του και γύρω του! Η βιολογική μας δομή διαμορφώνεται και τροποποιείται από τις αντιλήψεις μας! Ένα σαφές παράδειγμα όλων αυτών των δυνατοτήτων είναι οι πυροβάτες – αναστενάρηδες! Αυτοί αποτελούν απόδειξη ότι όπου υπάρχει Πνεύμα, δεν υπάρχει θάνατος!

▪ Όλα είναι Γνώση και όλα μαθαίνονται! Η Αρετή είναι η Γνώση και η εξάσκηση στην εφαρμογή της! «Έξις, δευτέρα φύσις»! Άρα, Η ΑΡΕΤΗ ΕΙΝΑΙ ΔΙΔΑΚΤΗ! ΓΝΩΡΙΖΩ = αναγνωρίζω = συναινώ στη συνδημιουργία!

▪ Μην προσκολλάστε σε τίποτα, αποσπαστείτε ούτως ώστε να είστε πέραν του πόνου και της ηδονής! Έτσι, θα πραγματώσετε την φιλοσοφική αταραξία – αλυπία – αφοβία, δηλαδή θα βιώνετε την ευδαιμονία – μακαριότητα της ύπαρξης (κατάσταση φωτογραφίας Β), το όντως ΕΙΝΑΙ, πέραν της όποιας αυταπάτης = επιθυμίας ή παροδικής μορφής!

### **ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ ΤΗΣ ΝΟΗΤΙΚΗΣ ΕΙΚΟΝΟΠΛΑΣΙΑΣ ΣΤΗ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ ΓΕΝΙΚΑ ΚΑΙ ΑΝΕΞΑΡΤΗΤΑ ΑΠΟ ΤΗ ΘΕΣΗ ΤΟΥ ΣΤΟ ΣΩΜΑ**

▪ **Αναρωτηθείτε!** γιατί χρειάζομαι αυτό τον πόνο; τι εξυπηρετεί; τι είναι εκείνο που μου επιτρέπει να κάνω ή να μην κάνω; τι παίρνω από αυτόν;

▪ **Χαλαρώστε!** Η χαλάρωση επιτυγχάνεται ως εξής:

- Τραβάτε το κάθε χέρι σας αντίθετα από το άλλο και τη στιγμή της μεγαλύτερης έντασης τα αφήνετε να χαλαρώσουν! Η χαλάρωση διαχέεται σε όλο τον οργανισμό σας!

- Επαναλαμβάνετε τα παραπάνω πολλές φορές!

- Σφίγγετε τα δόντια σας και τα χαλαρώνετε πολλές φορές! Η χαλάρωση διαχέεται σε όλο τον οργανισμό σας!

- Παίρνετε βαθιές, χαλαρές αναπνοές εστιασμένοι στην κίνηση του αέρα στην άκρη της μύτης σας. Παράλληλα, δηλώνετε την πρόθεσή σας ότι αφήνετε όλες τις έγνοιες, όλα τα προβλήματά σας, να πέσουν από πάνω σας! Δεν κρατάτε τίποτα!

- Δηλώνεται την πρόθεσή σας ότι οραματίζεστε τις έγνοιες και τα προβλήματα που σας απασχολούν, συμβολικά, με τη μορφή βαριάς περικεφαλαίας πάνω στο κεφάλι σας! Ακολουθώντας αφαιρέστε την περικεφαλαία με τα χέρια σας από το κεφάλι σας και την ρίχνετε σε μία μελιτζανί (ιόχρου) φλόγα που καίει δίπλα σας. Ακολουθώντας δηλώνεται την πρόθεσή σας ότι η ιόχρους φλόγα διαλύει και μετουσιώνει την περικεφαλαία εντελώς! Το ίδιο μπορείτε να πετύχετε αν στη θέση της περικεφαλαίας οραματίζεστε ένα βαρύ καπέλο! Τέλος, φοράτε νοερά ένα κράνος από ιοχρούν μωβ- βιολετί χρώμα ή από λαμπρό, λευκό φως της θεϊκής θεραπείας! Χρησιμοποιείτε επίσης πολλές φορές, επαναληπτικά, τις λέξεις ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, κατά τα γνωστά!

**ΓΕΝΙΚΗ ΟΔΗΓΙΑ** όσον αφορά την καταστολή του πόνου με νοητική εικονοπλασία:

- αναρωτιέστε για το νόημα του πόνου
- κάνετε χαλάρωση
- κάνετε νοητική εικονοπλασία

▪ **Μειώστε** την ένταση του πόνου με την χρήση νοητικής εικονοπλασίας, ως εξής:

**α)** Οραματίζεστε τα θεραπευτικά μέσα του σώματος να ενεργοποιούνται, δηλαδή οραματίζεστε χρυσά μόρια ενδορφινών με τη μορφή χρυσών σφαιριδίων, που γράφουν το καθένα πάνω του «ενδορφίνη», να διαποτίζουν την περιοχή του πόνου!

- Οι ενδορφίνες είναι οι ισχυρότερες φυσικές αναλγητικές ουσίες του ανθρώπινου οργανισμού! Το όνομά τους παράγεται από την σύντμηση των λέξεων **ενδο**-γενείς **μορφίνες**!

- Οραματίζεστε τους μύες και τις αρθρώσεις με τους συνδέσμους τους, όπου υπάρχει ο πόνος, να χαλαρώνουν σαν τεντωμένα λάστιχα, όταν βεβαίως ο πόνος εντοπίζεται σε άρθρωση!

- Συγχαίρετε τον εαυτό σας για την συμμετοχή του στην ανακούφιση του πόνου του!

**β)** Οραματίζεστε τον πόνο σας στη θέση του στο σώμα σας σαν ένα είδος ζώου! Καθιερώστε διάλογο με τον πόνο-ζώο! Ρωτήστε τον τι μπορείτε να κάνετε, για να τον ξεφορτωθείτε! Ακολουθείστε τις υποδείξεις του!

- Συγχαρείτε τον εαυτό σας για την συμμετοχή του στην ανακούφιση του πόνου σας!

**γ)** Οραματίζεστε τον πόνο στη θέση του στο σώμα σαν μία σφαίρα σκούρου χρώματος! Κατόπιν αρχίζετε να αλλάζετε το χρώμα της σφαίρας! Κάνετε το χρώμα αρχικά ροζ και μετά πράσινο. Το φωτόνιο, κάθε είδους χρώματος, είναι το συστατικό της φύσης που

είναι απαλλαγμένο από τον πόνο! Άρα, μπορεί να απορροφά μεγάλες ποσότητες πόνου! Άρα μπορεί να αξιοποιείται ως ανακουφιστικό του πόνου, όπως συμβαίνει κατά τις θεραπευτικές, νοητικές εικονοπλασίες, τους θεραπευτικούς δημιουργικούς οραματισμούς! Γι' αυτό επίσης η ανθρωπότητα θεωρεί το Φως ως αντίθετο του πόνου, της θλίψης, της δυστυχίας, της αρρώστιας, της αδυναμίας, όπως και είναι πράγματι!

Το Φως είναι χαρά, δίνει χαρά, ιδίως το χρυσό Φως και το λαμπρό λευκό, θεικό Φως της θεραπείας σε οποιαδήποτε νοσηρή κατάσταση, π.χ. φλεγμονή, Ca ή ψυχικό πρόβλημα! Όλα είναι κατάσταση Πνεύματος (etat d' esprit, state of mind) και η ύλη είναι η μορφή του πνεύματος – Πνεύματος! Πνεύματος το οποίο εκφράζεται – μορφοποιείται, είτε μέσω της αρρώστιας (κατάσταση φωτογραφίας Α) είτε μέσω της θεραπείας (κατάσταση φωτογραφίας Β) = ενεργοποίησης του αυτοθεραπευτικού μας μηχανισμού = επιθυμία για ζωή και ίαση!

Ένα ψέμα στο μυαλό συνεπάγεται έναν πόνο στο σώμα – σήμα! Δείτε για τον πόνο – φόβο και στο κεφάλαιο «περί μοναξιάς». Η θεραπεία εν προκειμένω επιτυγχάνεται με την Αλήθεια – Κάθαρση! Αλήθεια = καθαρότητα! Τούτο συνοδεύεται με την Ανάλυση του πόνου σε υψηλότερα επίπεδα, π.χ. μπορείτε να δοκιμάσετε την εξής προσευχή: *Σέραπισ Μπέυ ελθέ και σκήνωσον εν ημίν και ελευθέρωσον ημάς από κάθε κηλίδα, από κάθε πόνο!*

Μέσα από αυτές τις διαδικασίες μπορείτε να γίνετε ΑΦΥΠΝΙΣΤΕΣ ΨΥΧΩΝ μέσω του κέρδους της Αλήθειας και μέσω της επίκλησης της λαμπρής, λευκής φλόγας και του Σέραπισ Μπέυ! Ο Σέραπισ Μπέυ είναι διαπρεπής αναληφθείς δάσκαλος, μέλος της λευκής αδελφότητας, στην οποία προΐσταται ο Ιησούς Χριστός!

Ανάλογα ισχύουν και για τα υπόλοιπα χρώματος Φωτός, όπως π.χ. το ιόχρουν (πορφυρούν) για κάθαρση, το σμαραγδί για θεραπεία, ιδίως του stress, ή το ροζ με χρυσές προσμίξεις που είναι το χρώμα της Αγάπης, κλπ. Το μαύρο ή το γκριζο χρώμα αντιστοιχεί σε νοσηρή ενέργεια!

Το λεκτικό ισοδύναμο των προαναφερθέντων φώτων είναι η επανάλυση, πολλές φορές, των λέξεων: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, διευρύνομαι δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά, δηλαδή παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου. Επίσης, η επανάλυση πολλές φορές των λέξεων: κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, από άποψη ισορροπίας και υγείας!

**δ)** Ορισμός της Αγάπης: η Αγάπη είναι ανώτερη νοημοσύνη και συνίσταται από ΚΑΤΑΝΟΗΣΗ, συμπόνια - ενσυναίσθηση (ευσπλαχνία) και έλεος (συμπάθεια)! Υποκαταστήστε τον πόνο με Αγάπη και ευχαρίστηση ως εξής:

- σκέπτεστε κάτι πολύ ευχάριστο για εσάς!
- συμμετέχετε σε μία διασκεδαστική δραστηριότητα!
- συμμετέχετε σε ικανοποιητικές για εσάς δραστηριότητες!
- ενεργείτε με τρόπους συναισθηματικά ικανοποιητικούς για εσάς!
- ενισχύετε την θετική σας προσδοκία για ανάρρωση!
- η ΕΛΠΙΔΑ είναι η κατάλληλη στάση απέναντι στην αβεβαιότητα! Η Ελπίδα είναι συναισθημα αναμονής και εμπιστοσύνης στα επόμενα, κάτι σαν αναπνοή. Η πραγματική ελπίδα είναι ποιητική ενέργεια!

## **ΠΑΡΕΝΘΕΣΗ – Ο ΣΠΟΡΟΣ ΤΗΣ ΕΛΠΙΔΑΣ**

- Τα παιδιά της Σοφίας είναι η Ελπίδα, η Πίστη και η Αγάπη!
- Η ελπίδα δεν είναι αυτό που συνήθως γνωρίζουμε και προσδοκούμε!
- Η αληθινή Ελπίδα είναι αλλαγή δόνησης που οδηγεί στην βαθιά Πίστη, δηλαδή είναι προστάδιο Αυτής! Η Πίστη είναι το άθλημα της εμπιστοσύνης! Εμπιστοσύνη είναι να μπορείς να αισθάνεσαι ασφαλής με κάποιον ή με κάτι! Ασφάλεια = προστασία! Η εμπιστοσύνη εμπνέεται, δεν επιβάλλεται!

### Αναλυτικότερα:

- Ελπίδα σημαίνει την αλλαγή της δόνησης ως προς την θετική έκβαση για το ζητούμενο! Αλλιώς ελπίζεις σε κατάσταση φωτογραφίας Α και αλλιώς ελπίζεις (ΣΩΣΤΑ) σε κατάσταση φωτογραφίας Β! Στην περίπτωση που συζητάμε, ενδείκνυται να επιλέγουμε – προτιμάμε – ενεργοποιούμε την κατάσταση φωτογραφίας Β! Είναι η προετοιμασία για την βαθιά Πίστη! Η Ελπίδα συνοδεύει την Πίστη! Χωρίς Πίστη δεν υπάρχει Αγάπη! Χωρίς Αγάπη δεν μπορεί να υπάρξει Πίστη, ούτε Ελπίδα, παρά μόνο ΦΟΒΟΣ, δηλαδή κατάσταση φωτογραφίας Α!

- Η Ελπίδα είναι κάτι πιο βαθύ από μία αφελή πεποίθηση πως όλα θα πάνε καλά, δηλαδή από αυτό που κοινώς γνωρίζουμε ως ελπίδα – προσδοκία θετική! Όταν έχει κάποιος αληθινή Ελπίδα, όπως μας την όρισε το Πνεύμα, δεν κάμπτεται από τα άγχη που τον συνθλίβουν, δεν υιοθετεί ηττοπαθή στάση και δεν νικιέται από την κατάθλιψη (αποκαρδίωση) μπροστά σε δύσκολες προκλήσεις ή εμπόδια! Όταν κάποιος διαθέτει την Ελπίδα, η έκβαση για το ζητούμενο είναι ποιοτικά ανώτερη, συγκριτικά με αυτόν που δεν Την διαθέτει! Τελικά, η Ελπίδα είναι ΣΟΦΙΑ και η ΣΟΦΙΑ εμπεριέχει την Ελπίδα! Η Σοφία δεν έβλαψε ποτέ κανέναν! Το αντίθετο ισχύει!

- Η Ελπίδα και η Πίστη είναι μαγνητικές ποιότητες – δυνάμεις που δημιουργούν πεδίο έλξης, για το εκάστοτε ζητούμενο που είναι υπαρξιακά σημαντικό, δηλαδή για τα σημαντικά θέματα της ψυχής μας! Τέλος, επειδή η Ανώτερη Νόηση φροντίζει και για τους υλικούς πόρους μας, μπορεί να βοηθήσει και σε αυτό το πεδίο! Δείτε προηγουμένως στο κεφάλαιο για τον «πλούτο»! Κλείνει η ΠΑΡΕΝΘΕΣΗ.

▪ Συνεχίζουμε με την χρήση της νοητικής εικονοπλασίας για την μείωση έντασης του πόνου.

**ε)** Κάνετε jogging το οποίο παράγει πολλές ενδορφίνες μέσα στον ανθρώπινο οργανισμό! Γι' αυτό, είναι πρώτης τάξης αντίδοτο στον πόνο της κατάθλιψης!

**στ)** Η αυτοθεραπευτική νοερή εικονοπλασία η οποία προαναφέρθηκε στο α, μπορεί να εμπλουτιστεί για μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα. Η πάσχουσα περιοχή καθαρίζεται από την νοσηρή της ενέργεια με την εξής νοητική εικονοπλασία:

• Οραματίζεστε στήλη μαύρου καπνού (νοσηρής ενέργειας) να φεύγει από την πάσχουσα περιοχή ή την πονεμένη περιοχή του σώματος και να

ανεβαίνει ψηλά, στο επίπεδο του λαμπρού λευκού Φωτός, όπου και διαλύεται- μετουσιώνεται με τη μορφή πολύχρωμου πυροτεχνήματος! Όλο αυτό να διαρκεί 2'-5' λεπτά της ώρας! Το λεκτικό ισοδύναμο αυτού του οραματισμού είναι η επανάληψη πολλές φορές των λέξεων:  
ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, κατά τα γνωστά!

• Ακολουθως, η πάσχουσα περιοχή – πονεμένη περιοχή του σώματος φωτίζεται διαδοχικά με το Φως των παρακάτω ενεργειών. « »

- 1) Διαποτίζεται με ιόχρου Φως αρχικά, επί 2'-3' της ώρας.
- 2) Διαποτίζεται με το Φως της Αγάπης που είναι ροζ με χρυσές προσμίξεις, επί 2'-3' της ώρας.
- 3) Διαποτίζεται με σμαραγδένιο Φως της θεραπείας, από τον ΑΑ Ραφαήλ τον θεραπευτή του Θεού, επί 2'-3' της ώρας. Αφήνετε το λαμπερό σμαραγδένιο χρώμα να λάμπει στο σώμα και στην αύρα σας. Είναι θεραπευτικό βάλαμο το σμαραγδένιο χρώμα! Αφήνεται αυτό να σας τυλίγει με κάθε τρόπο! Χρησιμοποιείτε αυτό ιδίως αν έχετε stress!
- 4) Διαποτίζεται με λαμπρό λευκό Φως της θεϊκής θεραπείας, επί 2'-3' της ώρας. Η λευκή φλόγα είναι μία νοήμων ενέργεια και μπορείτε να επικαλείστε ΑΥΤΗΝ! Η ιόχρους φλόγα έπεται αυτής! Όταν έχετε πονοκέφαλο να θεραπεύσετε, οραματίζετε ιόχρουν κράνος να περιβάλλει την κεφαλήν, όπου καίει λαμπερή η λευκή φλόγα! Το λαμπρό, λευκό Φως της θεϊκής θεραπείας είναι η υψηλότερη μορφή Πνευματικής προστασίας!
- 5) Διαποτίζεται με λαμπρό χρυσό Φως της υπέρτατης ΣΥΝΕΙΔΗΣΗΣ, επί 2'-3' της ώρας. Το λεκτικό ισοδύναμο των δράσεων αυτών των φώτων είναι οι εξής λέξεις, επαναληπτικά, κατά τα γνωστά: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, νιώστε ευγνωμοσύνη, διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά, δηλαδή παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου! Επίσης οι λέξεις: κάθε ημέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα, από άποψη ισορροπίας και υγείας!

## **ΕΙΔΙΚΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΠΟΝΟΚΕΦΑΛΟ**

- Ο πονοκέφαλος μπορεί να αφορά όλο το κεφάλι, οπότε οραματιζόμαστε ότι ένα σιδερένιο στεφάνι περισφίγγει το κεφάλι μας εκεί όπου πονάμε, επί του συνολικού της κεφαλής πονοκεφάλου. Το σιδερένιο στεφάνι σφίγγεται ή χαλαρώνει με μία βίδα που υπάρχει σε κάποιο σημείο του!
- Οραματιζόμαστε ότι χαλαρώνουμε τη βίδα και αφαιρούμε το σιδερένιο στεφάνι που περιέσφιγγε το κεφάλι μας! Ο πονοκέφαλος τότε θα πάψει, κατά πάσα πιθανότητα! Αν αυτό δεν συμβεί, προχωράμε σε οραματισμό καθαρισμού με την στήλη καπνού και διαπότισης του κεφαλιού με ενδορφίνες και θεραπευτικά χρώματα, όπως προαναφέραμε!



- Κλείνουμε οραματιζόμενοι το σμαραγδένιο θεραπευτικό φιδάκι του Διός Υψίστου να τοποθετείται στην πάσχουσα περιοχή!
- Όταν ο πονοκέφαλος αφορά ένα εστιακό σημείο του κεφαλιού, τότε οραματιζόμαστε μία μεταλλική σφήνα, μία μεταλλική αιχμή να διεισδύει μέσα στο κεφάλι μας, στο εστιακό σημείο του πόνου! Ακολουθώντας, οραματιζόμαστε ότι με τα χέρια μας αφαιρούμε την σφήνα, την αιχμή από το εστιακό σημείο του πόνου! Ο πόνος κατόπιν τούτου, θα πάψει κατά πάσα πιθανότητα!
- Εάν ο πόνος είναι διαξιφιστικός – διαπεραστικός, τότε οραματιζόμαστε ότι αφαιρούμε ένα ξίφος ή ένα μαχαίρι από το εστιακό σημείο του πόνου!  
Γενικότερα, στον πονοκέφαλο μπορείτε να χρησιμοποιείτε ως αντίδοτο και την διαδικασία της συν-χώρεσης – αλληλοπεριχώρεσης – εξισορρόπησης του εαυτού μόνον ή του εαυτού και του υπευθύνου που αποτελεί για εσάς άλυτο δίλημμα σπαζοκεφαλιά!

#### ΥΠΟΛΟΙΠΕΣ ΕΦΑΡΜΟΓΕΣ

- Τα ίδια μπορούμε να κάνουμε αν πρόκειται για πονόδοντο, ή πόνο άρθρωσης των οστών ή για πόνο του στομάχου ή του εντέρου!
- Ειδικότερα, για το στομάχι ή για τις αρθρώσεις, αν ο πόνος είναι καυστικός μπορείτε να οραματίζεστε φλόγες στο εσωτερικό του στομάχου ή των αρθρώσεων, οι οποίες σβήνονται επειδή ρίχνετε πάνω στις φλόγες πυροσβεστικό αφρό! Ομοίως μπορείτε να «σβήσετε τη φωτιά» σε φλεγμονώδεις βλάβες οραματιζόμενοι ότι ρίχνετε στη «φωτιά της φλεγμονώδους περιοχής» CO<sub>2</sub> ή πυροσβεστικό αφρό!
- Συμπληρώνετε την αγωγή, οραματιζόμενοι τον καθαρισμό με την στήλη καπνού και με την διαπότιση της περιοχής του άλγους με φωτεινά μόρια ενδορφινών και με θεραπευτικά Φώτα των χρωμάτων, όπως προαναφέρθηκαν! Παράλληλα λέτε, κατά τα γνωστά: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ και όλες τις λοιπές λέξεις που προείπαμε!
- Ολοκληρώνετε με τον δημιουργικό οραματισμό ότι τοποθετείτε στην περιοχή του άλγους, ένα σμαραγδένιο φιδάκι του Διός Υψίστου!
- Όταν έχετε να κάνετε με κολικό του νεφρού, οραματίζεστε επίμονα ότι με τα χέρια σας τρίβετε και διαλύετε τον ουρόλιθο μέσα στον ουρητήρα! Μάλιστα, οραματίζεστε ότι τον κάνετε σκόνη, η οποία παρασύρεται και αποβάλλεται με την ροή των ούρων! Φυσικά, για διευκόλυνση της κατάστασης θα πίνετε πολύ νερό! Όσο περισσότερο διαρκεί ο οραματισμός σας κατά τη διάρκεια της ημέρας, τόσο καλύτερα και ταχύτερα αποτελέσματα θα έχετε! Τα ίδια ισχύουν και για την περίπτωση των λιθιάσεων του πυελοκαλυκτικού μέρους του νεφρού!

▪ Όταν έχετε να κάνετε με κολικό του ήπατος, οραματίζεστε ότι με τα χέρια σας τρίβετε και διαλύετε τον χολόλιθο μέσα στον χοληδόχο πόρο και ότι τον κάνετε σκόνη, η οποία παρασύρεται και αποβάλλεται με την ροή της χολής! Όσο περισσότερο διαρκεί ο οραματισμός σας κατά τη διάρκεια της ημέρας, τόσο καλύτερα και ταχύτερα αποτελέσματα θα έχετε!

▪ Όσον αφορά την μακροπρόθεσμη φροντίδα των αρθρώσεων επί αρθρίτιδας και αρθραλγίας, μπορείτε να οραματίζεστε τα λευκά αιμοσφαίρια του αίματός σας να λειαινούν τις αρθρικές επιφάνειες των χεριών ή των ποδιών σας που πάσχουν, με την παράλληλη αποβολή των υπολειμμάτων. Σταδιακά, οι αρθρικές σας επιφάνειες θα γίνουν λείες και επαρκώς ολισθηρές, οπότε τα συμπτώματα και οι πόνοι της αρθρίτιδας θα μειωθούν προοδευτικά!

Εδώ τελειώνουν οι πρακτικές εφαρμογές της φιλοσοφίας του πόνου, της αίσθησης και του βιώματος του πόνου.

### **ΓΙΑ ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΚΡΥΟΛΟΓΗΜΑ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΥΡΕΤΟ**

▪ Όσον αφορά το κοινό κρυολόγημα μπορείτε να οραματίζεστε δημιουργικά ότι ολόκληρο το κεφάλι σας και ο λαιμός σας καθαρίζονται από τη νοσηρή ενέργεια με τη μορφή της στήλης καπνού που ανεβαίνει στο επίπεδο του λαμπρού λευκού Φωτός, όπου και διαλύεται – μετουσιώνεται σαν πολύχρωμο πυροτέχνημα! Όλα αυτά διαρκούν 5' της ώρας τουλάχιστον. Μπορείτε να συνδυάσετε αυτό το όραμα με εκείνο της κατάσβεσης «της φωτιάς» σε φλεγμονιώδη περιοχή! Παράλληλα λέτε κατά τα γνωστά: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, και όλες τις λοιπές λέξεις που προείπαμε!

▪ Ακολουθώντας, φωτίζετε οραματικά όλο το κεφάλι σας και τον λαιμό σας με λαμπρό λευκό Φως της θεϊκής θεραπείας! Αυτό διαρκεί 15' της ώρας τουλάχιστον! Το λαμπρό, λευκό φως της θεϊκής θεραπείας είναι η υψηλότερη μορφή Πνευματικής προστασίας! Το λεκτικό ισοδύναμο αυτού είναι οι λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, νιώστε ευγνωμοσύνη, διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά, δηλαδή παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου. Επίσης, οι λέξεις: κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα, από άποψη ισορροπίας και υγείας!

▪ Σας αναφέρω παραδειγματικά, ότι είχα άνθρωπο ως θεραπευόμενο στο ιατρείο μου, ο οποίος θεράπευε το κοινό κρυολόγημά του με αυτό τον τρόπο μέσα σε 20' της ώρας!

▪ Όσον αφορά τον πυρετό, μπορείτε να οραματίζεστε ότι έχετε στο στόμα σας ένα θερμόμετρο που δείχνει αυξημένη θερμοκρασία σας (πυρετός), πχ 39<sup>0</sup> C!

▪ Ακολουθώντας, οραματίζεστε ότι το θερμόμετρο στο στόμα σας αρχίζει να δείχνει ότι η θερμοκρασία σας κατεβαίνει σταδιακά και γίνεται φυσιολογική, δηλαδή 36,7<sup>0</sup> C! Μείνετε για λίγη ώρα σε αυτό το όραμα!

## **ΓΙΑ ΤΗΝ ΥΠΕΡΤΑΣΗ**

▪ Όσον αφορά την υπέρταση, οραματίζεστε δημιουργικά ότι η οθόνη ενδείξεων του ηλεκτρονικού πιεσόμετρου βρίσκεται στο μέσον του μετώπου σας και δείχνει ότι η πίεση του αίματός σας είναι φυσιολογική, δηλαδή δείχνει 140 mmHg μέγιστη, 70 mmHg ελάχιστη και 70 περίπου σφυγμούς!

## **ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΜΕΣΗ ΔΙΑΚΟΠΗ ΑΙΜΟΡΡΑΓΙΩΝ ΣΕ ΠΛΗΓΕΣ**

▪ Όσον αφορά την άμεση διακοπή αιμορραγιών των μικρών αγγείων σε πληγή: Οραματίζεστε δημιουργικά ότι οι μικρές αρτηρίες της αιμορραγούσας περιοχής της πληγής συστέλλονται, ούτως ώστε να αποφράζονται εντελώς! Έτσι, σταματάει άμεσα η αιμορραγία!

## **ΓΙΑ ΤΗΝ ΨΥΧΟΓΕΝΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΑΝΙΚΑΝΟΤΗΤΑ**

▪ Όσον αφορά την ψυχογενή σεξουαλική ανικανότητα, είναι δυνατόν με νοητική εικονοπλασία να διορθωθεί πλήρως!  
Οραματίζεστε δημιουργικά ότι τα αγγεία των σπραγγωδών σωμάτων του πέους διαστέλλονται και γίνονται ορθάνοιχτα, ούτως ώστε με την άφθονη ροή αίματος σε αυτά να προκύπτει στύση και ικανοποιητική σεξουαλική λειτουργία – ικανότητα!

## **ΟΡΑΜΑΤΙΣΜΟΣ ΜΕ ΤΟ ΚΑΛΕΜΙ, ΤΟ ΜΑΤΣΑΚΟΝΙ ΚΑΙ ΤΗΝ ΣΚΟΥΡΙΑ**

Οραματίζεστε δημιουργικά ότι ο εαυτός σας σε διάφορες περιοχές του, π.χ. καρδιά, εγκέφαλο κλπ, έχει συσσωρεύσει παχύ στρώμα σκουριάς. Με το καλέμι και το σφυρί αποκολλάτε κομμάτια σκουριάς τα οποία ρίχνετε για να διαλυθούν σε μία ιόχρου (μωβ, βιολετί) φλόγα που καίει δίπλα σας. Στις περιοχές του σώματός σας που καθαρίστηκαν από την σκουριά οραματίζεστε ότι φωτίζονται με λαμπρό, λευκό, θεϊκό Φως της θεραπείας!

Το λεκτικό ισοδύναμο αποκόλλησης της σκουριάς είναι οι λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, πολλές φορές επαναληπτικά! Το λεκτικό ισοδύναμο αποκόλλησης της σκουριάς είναι οι λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, πολλές φορές, απαναληπτικά!

Το λεκτικό ισοδύναμο του φωτισμού είναι οι λέξεις: ΑΚΥΡΩΣΤΕ – ΜΕΤΟΥΣΙΩΣΤΕ, νιώστε ευγνωμοσύνη, διευρύνομαι, δηλαδή δέχομαι να μεγαλώσω ψυχικά, δηλαδή παίρνω τη δύναμή μου στα χέρια μου! Επίσης, οι λέξεις: κάθε μέρα και με κάθε τρόπο γίνομαι όλο και καλύτερα, όλο και καλύτερα, απ' άποψη ισορροπίας και υγείας!

## **ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΤΕΧΝΙΚΗ EFT**

Σας προτείνω μία εξαιρετική ενεργειακή θεραπεία, το ονομαζόμενο EFT. Η ονομασία EFT προέρχεται από τα αρχικά των αγγλικών λέξεων Emotional Freedom Techniques, που σημαίνουν Τεχνική Συναισθηματικής Απελευθέρωσης.

Είναι μέθοδος Απελευθέρωσης φόβων, πεποιθήσεων και γενικώς εσωτερικών εμποδίων. Ένα ακόμα σημαντικό βοήθημα ως προς το άνοιγμα του δρόμου για την ανθρώπινη εξέλιξη. Βασίζεται στον ενεργειακό συντονισμό, μέσω συγκεκριμένων σημείων του ανθρώπινου σώματος.

Μπορείτε να απευθυνθείτε για την μεθοδολογία αυτή, στο βιβλίο ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΗ ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ του Robert-Elias Najemy, ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΟΛΙΣΤΙΚΗ ΑΡΜΟΝΙΑ.

#### ΓΙΑ ΠΛΗΘΩΡΑ ΣΤΕΝΑΧΩΡΩΝ ΣΚΕΨΕΩΝ ΠΟΥ ΔΕΝ ΣΤΑΜΑΤΟΥΝ

Εν προκειμένω κάνετε το εξής: οραματίζεσθε ότι ξεβιδώνετε από τον λαιμό σας όλο το κεφάλι σας, ούτως ώστε να αποκολληθεί από το σώμα σας και το αποθέτετε δίπλα σας, π.χ. σε ένα κομοδίνο. Ως αποτέλεσμα, θα διακοπούν άμεσα οι στενάχωρες σκέψεις που σας ταλαιπωρούσαν! Τα ευεργετικά αποτελέσματα αυτού του οραματισμού θα σας εκπλήξουν ευχάριστα!

Αφού περάσε αρκετός χρόνος μετά την αποθεραπεία σας, τότε οραματίζεσθε ότι ξαναβιδώνετε το κεφάλι σας στη θέση του!

## **ΕΠΙΛΟΓΟΣ**

*Αγωνίσθηκα να σας παρουσιάσω έναν ιδανικό τρόπο, μια ιδανική στάση ζωής! Όμως το ιδανικό δεν πραγματώνεται τελείως αλλά δείχνει την φορά κίνησης προς ..... δηλαδή, την κατεύθυνση της ζωής μας!*

*Σας παραινώ, δηλαδή εύχομαι ν' ακολουθήσετε συτήν την κατεύθυνση ζωής, με δύναμη και καλά αποτελέσματα!*

*Είθε και γένοιτο!*