

Πάνος Μαβιτζής
Αρμονική Γένεσις
Αρχαία Ελληνική Ενεργητική Δυναμοποίηση Αυτογνωσίας
Επτά Τελετουργικά Συνοδευόμενα από Δρώμενα & Διαλογισμούς

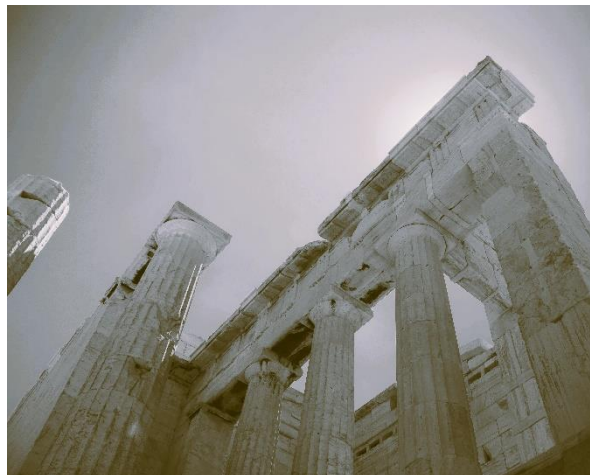
Ιανουάριος 2024

Στοιχεία επικοινωνίας
Ηλεκτρονική Διεύθυνση: mab111@ath.forthnet.gr
<https://www.psychotheatrology.com/>
<https://harmonicgenesis.com/>



Διανέμεται ελεύθερα στο διαδίκτυο σε μορφή ψηφιακού βιβλίου υπό
άδεια Creative Commons.

(Αναφορά δημιουργού – Μη εμπορική χρήση – Όχι παράγωγα έργα)



Οι φωτογραφίες προέρχονται από την ιστοσελίδα: [Δωρεάν στοκ φωτογραφιών και εικόνων χωρίς δικαιώματα πνευματικής ιδιοκτησίας \(pexels.com\)](https://www.pexels.com/)

Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Περιεχόμενα

Εισαγωγή, σελ. 5.

Απόλλωνος: ακτινοβοληση και λάμψη, σελ. 8.

Αθηνάς: επαφή με το 'εδώ και τώρα', σελ. 20.

Διονύσου: βίωση πάθους, σελ. 33.

Σελήνης: αρμονική ψυχική φόρτιση, σελ. 41.

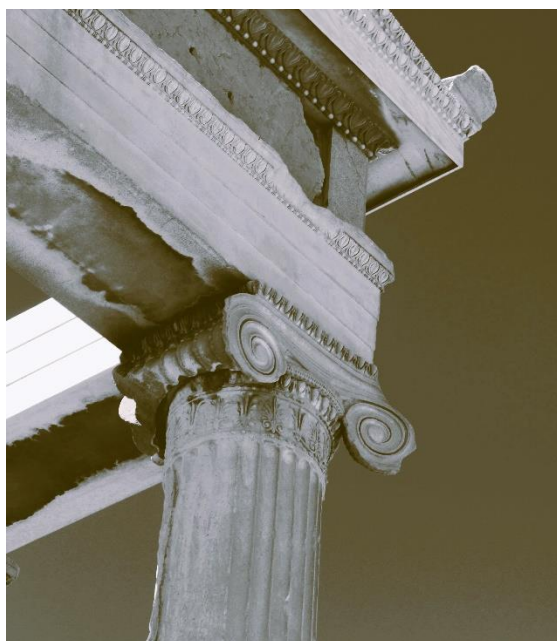
Αφροδίτης: βίωση φροντίδας, σελ. 53.

Αρτέμιδος: αναγέννηση, σελ. 62.

Διός – Γανυμήδη: γνωριμία, σελ. 69.

Βιογραφικό, σελ. 76.

Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Εισαγωγή

Τα μυστηριακά δρώμενα, είτε πρόκειται για θρησκευτικές δραστηριότητες, όπως είναι τα μυστήρια της ορθόδοξης ή καθολικής χριστιανικής εκκλησίας (βάφτιση, γάμος, ευχέλαιο κλπ.), είτε δεν είναι συνδεδεμένα με κάποια θρησκεία, όπως είναι το ρέικι, ο σουφισμός, ο βουδισμός, οι ινδιάνικες τεχνικές και πολλά άλλα, ανευρίσκονται σε όλα τα μήκη και πλάτη του πλανήτη.

Στόχος, τόσο της ψυχοθεραπείας όσο και της μητικής πορείας, είναι η αυτογνωσία και πιο συγκεκριμένα η ένωση του ασυνειδήτου με το συνειδητό. Τόσο οι ψυχοθεραπευτές όσο και οι εσωτερικοί καθοδηγητές καλούνται να δώσουν, ο καθένας από την σκοπιά του, βαρύτητα στην δημιουργία του ολοκληρωμένου ανθρώπου. Οι πρώτοι διότι μόνο έτσι ο αναλυόμενος τους θα βιώνει, τόσο τον εσωτερικό του κόσμο όσο και τον περιβάλλοντα του (κόσμο), όπως πραγματικά είναι και όχι μέσω των ψυχικών του προβολών, ενώ οι δεύτεροι διότι μόνο μέσω αυτής της επίτευξης ο καθοδηγούμενος τους θα δύναται να διαχωρίζει τα πραγματικά πνευματικά βιώματα από τις προβολικές εκδηλώσεις των ψυχικών του πλευρών.

Η επιστήμη, κατά τον Carl Gustav Jung, διαφοροποίησε την έρευνα της από το μυστηριακό παρελθόν της ανθρωπότητας και βασίστηκε στην παρατήρηση και το πείραμα, με τις μεθόδους της και τα συμπεράσματα της, διαχρονικά, να οφείλουν να είναι απόλυτα τεκμηριωμένα. Παρά ταύτα, καθώς η επιστήμη ερευνά όλο και βαθύτερα τα άδυτα του σύμπαντος, τα αποτελέσματα των ερευνών της, συνεχώς επιβεβαιώνουν τις μητικές θέσεις. Απόδειξη της ανωτέρω άποψης είναι τα πέντε¹ πυθαγόρεια στοιχεία, τα οποία συμβολίζονται από τα πλατωνικά σώματα και τα οποία έχουν συγκεκριμένες και μοναδικές στο σύμπαν γεωμετρικές ιδιότητες. Η επιστημονική απόδειξη έρχεται από την αστροφυσική η οποία ανακάλυψε τέσσερις δυνάμεις (αλληλεπιδράσεις), οι οποίες ρυθμίζουν τα άπαντα της δομής και της λειτουργίας του σύμπαντος. Επίσης αναζητά την μία ιονισμένη ελεύθερη ενέργεια (ηλεκτρομαγνητικό χάος) από την οποία πήγασαν οι προηγούμενες τέσσερις. Οι κατά την αστροφυσική ιδιότητες αφενός των τεσσάρων δυνάμεων, αφετέρου της ιονισμένης ελεύθερης ενέργειας, ομοιάζουν αναλογικά με τις ιδιότητες των πυθαγορείων στοιχείων.

¹ Γη – ύδωρ – αήρ – πυρ και αιθήρ από τον οποίο ξεπήδησαν τα προηγούμενα.

Η ψυχολογία ξεκίνησε ομοίως την έρευνα της ανεπηρέαστη από τα οικουμενικά μυστήρια. Η μέθοδός της είναι εμπειρική, η κατάληξη της όμως, είναι ταυτόσημη με την μυστηριακή πορεία. Αμφότερες στοχεύουν στην επέκταση του συνειδητού, ώστε αυτό να βιώσει το ασυνείδητο (προσωπικό και συλλογικό). Η ψυχολογία βάθους, κατά τον Carl Gustav Jung, πρεσβεύει ότι το βάθος του συλλογικού ασυνείδητου διέπεται από τους αρχετυπικούς νόμους (αρχέτυπα), τους οποίους ο Πλάτωνας ονόμασε ιδέες με το συλλογικό ασυνείδητο να το κατονομάζει ως κόσμος των ιδεών. Τα αρχέτυπα ή οι ιδέες είναι στόχος, τόσο της ψυχοθεραπείας βάθους όσο και των μυστηριακών ατραπών.

Σκοπός των πρωτόλειων τελετουργικών τα οποία ακολουθούν είναι η συσσώρευση της ενέργειας του πυθαγορείου στοιχείου του αιθέρος (οργόνη κατά Wilhelm Reich – ιονισμένη ελεύθερη ενέργεια κατά την αστροφυσική), ώστε να διευκολυνθεί το έργο της αυτογνωσίας. Είναι σημαντικό να αναφερθεί με σαφήνεια ότι τα τελετουργικά δεν εμπριέχουν θρησκευτικές παραμέτρους και ότι οι αρχαίοι Έλληνες θεοί εκλαμβάνονται ως αρχέτυπα, δηλαδή ως δονήσεις, πάνω στις οποίες δομήθηκε και λειτουργεί το σύμπαν. Ο Πλάτων στο έργο του Τίμαιος αναφέρεται διεξοδικά σε αυτήν την θεωρία. Ο λόγος για τον οποίο στα τελετουργικά χρησιμοποιούνται τα ονόματα των θεών, είναι γιατί η εκφώνηση των ονομάτων τους δημιουργεί ενεργειακές δονήσεις οι οποίες βοηθούν ώστε να συντονιστούν οι συμμετέχοντες ευκολότερα με τα αρχέτυπα.

Στα τελετουργικά υπάρχουν δύο θέσεις (θέση♀) και (θέση♂). Επιθυμητό θα ήταν να εκτελούνται από μία γυναίκα [θέση♀] και έναν άνδρα [θέση♂], όμως το φύλο δεν είναι καθοριστικού χαρακτήρα παράμετρος. Η [θέση♀] συντονίζεται με τα θηλυκά ενεργειακά δρώμενα, ενώ η [θέση♂] με τα αρσενικά, με στόχο, άσχετα από το φύλο των συμμετεχόντων, να κινητοποιείται, τόσο η θηλυκή τους πλευρά (αρνητικός πόλος αρχέτυπου) όσο και η αρσενική τους (θετικός πόλος αρχέτυπου). Κάθε τελετουργικό ακολουθείται από κατάλληλο με την επικαλούμενη θεότητα (αρχέτυπο) διαλογισμό.

Τα τελετουργικά μπορούν να χρησιμοποιηθούν είτε από ψυχοθεραπευτικές ομάδες είτε από κέντρα αυτογνωσίας με στόχο την αύξηση του επιπέδου συνειδητότητας των συμμετεχόντων. Τα τελετουργικά θα πρέπει εκτελούνται σε απομονωμένους από εξωτερικές δυσαρμονικές δονήσεις, ήσυχους και ήρεμους κλειστούς χώρους, στους οποίους, όσο είναι εφικτό, θα πρέπει να υπάρχουν μόνο τα απαιτούμενα για την εκτέλεση του τελετουργικού αντικείμενα.

Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Τελετουργικό Απόλλωνος

Στόχος: Ακτινοβολήση – Λάμψη

Απαιτούμενα Αντικείμενα

Ολόσωμο άγαλμα Απόλλωνος ύψους περίπου 50cm. Εναλλακτικά ολόσωμη φωτογραφία του Απόλλωνος διαστάσεων περίπου 30X60cm.

Στύλος επί του οποίου τοποθετείται το άγαλμα ή τρίποδο επί του οποίου τοποθετείται η φωτογραφία.

Λευκό κερί πυλώνας

Στύλος κεριού πυλώνα (χαμηλότερος από τον στύλο του αγάλματος).

Ορθογώνιο παραλληλεπίπεδο τραπέζι αναλογικών διαστάσεων 1X2.

Μακρύ λευκό βαμβακερό τραπεζομάντηλο.

Δύο στρογγυλά (το ένα βαθύ) υάλινα διαφανή σκεύη εύρους 30cm.

Λευκά κεριά κηροπηγίου όσα οι συμμετέχοντες.

Ένας ορειχάλκινος κηροσβέστης.

Ένας αυλός.

Ένα ορειχάλκινο κουδουνάκι.

Κλώνος ευωδιαστού φυτού (βασιλικός, δυόσμος κλπ.).

Υάλινος στρογγυλός δίσκος διαμέτρου 10cm, επί του οποίου τοποθετείται ο κλώνος.

Κείμενα τελετουργικού.

Σύστημα παραγωγής μουσικής με τηλεχειριστήριο το οποίο χειρίζεται η [θέση♀].

Καρέκλες.

Στρώματα κατάλληλα για να ξαπλώσουν οι συμμετέχοντες.

Διάταξη Αίθουσας

Στο μέσον του ενός τοίχου της αιθούσης², πάνω στον στύλο του τοποθετείται το άγαλμα του θεού. Εάν επιλεχθεί η εναλλακτική της φωτογραφίας, αυτή τοποθετείται σε έναν τρίποδα. Η φωτογραφία θα πρέπει να είναι όσο είναι εφικτό κάθετη.

Έμπροσθεν του στύλου του αγάλματος ή της φωτογραφίας τοποθετείται ένας στύλος επί του οποίου τοποθετείται το υάλινο στρογγυλό δοχείο εντός του οποίου τοποθετείται το κερί πυλώνας. Η Φλόγα του κεριού θα πρέπει, όσο είναι εφικτό, να καίει στο κέντρο του αγάλματος ή της φωτογραφίας του Απόλλωνος.

Έμπροσθεν του στύλου του κεριού του Απόλλωνος ευρίσκεται το ορθογώνιο παραλληλεπίπεδο τραπέζι. Το τραπέζι είναι στρωμένο με το λευκό μακρύ τραπεζομάντηλο. Η απόσταση ανάμεσα από τον στύλο και το τραπέζι θα πρέπει να είναι τόση ώστε να κινούνται με άνεση οι δύο [θέσεις].

Στο κέντρο του τραπεζιού ευρίσκεται το στρογγυλό υάλινο διαφανές δοχείο εντός του οποίου υπάρχει ικανή ποσότητα ύδατος, χωρίς να είναι επικίνδυνο να χυθεί στην μεταφορά του.

Τα λευκά κεριά τοποθετούνται δίπλα από το υάλινο δοχείο του ύδατος, στο αριστερό χέρι των [θέσεων] όταν αυτοί κοιτούν τους συμμετέχοντες. Ο αυλός τοποθετείται αριστερότερα των κεριών.

Ο υάλινος στρογγυλός δίσκος με τον κλώνο επί αυτού τοποθετείται δίπλα από το υάλινο δοχείο του ύδατος, στο δεξιό χέρι των [θέσεων] όταν αυτές κοιτούν τους συμμετέχοντες. Το ορειχάλκινο κουδουνάκι τοποθετείται δεξιότερα του δίσκου. Ανάμεσα από τον κλώνο και το κουδουνάκι τοποθετείται ο ορειχάλκινος κηροσβέστης.

Καρέκλες είναι τοποθετημένες σε ημικύκλιο γύρω από το τραπέζι. Η πρώτη καρέκλα είναι τοποθετημένη σε απόσταση περίπου 2 μέτρων από το τραπέζι. Οι καρέκλες είναι τόσες όσοι οι συμμετέχοντες. Δύο επιπλέον καρέκλες για τις [θέσεις] υπάρχουν σε κάποιο διακριτικό σημείο της αίθουσας, ώστε να καθίσουν μετά το τελετουργικό στην φάση της συζήτησης.

Πριν την έλευση των συμμετεχόντων η αίθουσα είναι άδεια και ανάβει μόνο το κεντρικό κερί.

Πολύ ήρεμη και ήσυχη μουσική #1 πληροί την ατμόσφαιρα.

² Εναλλακτικά όπου ο χώρος επιτρέπει την αρτιότερη εκτέλεση του τελετουργικού.

Ταξιθεσία

Η [θέση♀] ανοίγει την μουσική #1, υποδέχεται τους συμμετέχοντες στην είσοδο της αίθουσας και τους ταξιθετεί στις καρέκλες.

Η [θέση♂] ίσταται στο κέντρο έμπροσθεν του τραπεζιού κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

Όταν έχουν καθίσει όλοι οι συμμετέχοντες η [θέση♀] και η [θέση♂] οδεύουν στις πλαϊνές πλευρές του τραπεζιού.

Η [θέση♀] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο δεξιό χέρι της θεότητας και η [θέση♂] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο αριστερό χέρι της θεότητας.

Αμφότερες ίστανται.

Μουσικές

Μουσική #1

Πολύ ήρεμη, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #2

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 30".

Μουσική #3

Κινητοποίησης διάρκειας περίπου 30".

Μουσική #4

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 30".

Μουσική #5

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #6

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #7

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #8

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 10'.



Δράσεις Τελετουργικού

Όλες οι κινήσεις εκτελούνται σε ευθεία γραμμή και όλες οι περιστροφές (εκτός εξαιρέσεων) εκτελούνται πάντα δεξιόστροφα.

Ανάλογα με τους συμμετέχοντες γίνονται οι απαιτούμενες συστάσεις.

Η [θέση♀] σταματά την μουσική #1.

[θέση♂]

Στόχος του σημερινού τελετουργικού να έρθουμε σε επαφή με την εσωτερική μας λάμψη και καθώς αυτή θα συντονίζεται από την εξωτερική λάμψη του φωτός του Απόλλωνος, να την ακτινοβολήσουμε.

[θέση♀]

Σήμερα θα εργαστούμε, ώστε να εδραιωθεί το δικαίωμα μας να ανήκουμε σε οποιοδήποτε περιβάλλον επιθυμούμε.

Θα προσπαθήσουμε να αυξήσουμε την αταξία μας, ώστε να νοιώθουμε αυτοπεποίθηση σε όλες τις πλευρές της ύπαρξής μας.

[θέση♂]

Ο Απόλλων είναι ένας από τους δώδεκα (12) θεούς του Ολύμπου.

Θεός της μουσικής και του φωτός, καθώς επίσης προστάτης των τεχνών και της Μαντείας.

Με το δρώμενο το οποίο ακολουθεί θα εκπτυχθεί το φως του θεού στον χώρο μας και θα περιβληθούμε από αυτό.

[θέση♂]

Φυσά τον αυλό.

[θέση♀]

Κτυπά το κουδουνάκι.

[θέση♂]

Σκοπός του τελετουργικού είναι να δονηθεί αρμονικά ο χώρος και ο χρόνος, ώστε να συντονιστούμε με τις ενέργειες του (θεού ή αρχετύπου) Απόλλωνα.

[θέση♀]

Εις την δόξα του φωτός, το οποίο εναρμονίζει κάθε τι το οποίο υπάρχει στο σύμπαν.

Μικρή Παύση

[θέση♂]

Οδεύει σε απόσταση 1-2 μέτρων εμπροσθεν του τραπεζιού, στο μέσον του.

Περιστρέφεται ώστε να έχει μέτωπο προς τον Απόλλωνα.

Εκτείνει τα χέρια του σε στάση αγκαλιάς προς τον θεό και επικαλείται τον Απόλλωνα.

Ω Απόλλων, ω μακάριε Παιάνα,
εσύ ο οποίος φέρεις το φως και θωρείς τον απέραντο αιθέρα,
εσύ ο οποίος τιμάσαι με λαμπρότητα,
εσύ ο οποίος κρατάς χρυσή λύρα,
εσύ, ο Δελφικός μάντης, ο οποίος είσαι ο προστάτης της Πυθίας,
εσύ ο οποίος δίδεις προφητικές καθαρές φωνές,
εσύ, ο ηγέτης των μουσών,
ω άνακτα της Δήλου,
άκουσε με μακάριε και σώσε όλους όσους σε επικαλούνται ικετευτικά.

[θέση♂]

Επιστρέφει στην θέση στην οποία βρισκόταν και ίσταται με μέτωπο προς τους συμμετέχοντες.

Μουσική #2

[θέση♂]

Ας φωτιστεί ο χώρος και ο χρόνος από το φως του Απόλλωνα και ας φωτιστούμε και εμείς από αυτό.

Η [θέση♂] οδεύει εμπροσθεν του καιόμενου κεριού και ίσταται κοιτάζοντας τους συμμετέχοντες.

Η [θέση♀] παραμένει στην θέση της, δηλαδή στα δεξιά της [θέσης♂].

Η [θέση♂] λαμβάνει (με το δεξιό της χέρι) ένα κερί, στρέφεται προς τον Απόλλωνα, το ανάβει από το καιόμενο (του Απόλλωνος), στρέφεται προς τους συμμετέχοντες και το παραδίνει στην [θέση♀].

Η [θέση♀] οδεύει σε ευθεία γραμμή στον πρώτο καθήμενο συμμετέχοντα από την πλευρά του αριστερού χεριού της θεότητας, του παραδίδει το κεριά και επιστρέφει σε ευθεία γραμμή στην θέση που κατείχε δεξιά της [θέσης♂].

Η [θέση♂] ανάβει ένα επόμενο κεριά το οποίο παραδίδει στην [θέση♀].

Η [θέση♀] οδεύει σε ευθεία γραμμή στον αριστερά ευρισκόμενο του προηγούμενου συμμετέχοντα, του παραδίδει το κεριά και επιστρέφει σε ευθεία γραμμή στην θέση της δεξιά της [θέσης♂].

Η ίδια διαδικασία επαναλαμβάνεται έως ότου παραλάβει κεριά και ο τελευταίος συμμετέχων.

Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία των συμμετεχόντων, η [θέση♀] λαμβάνει, με την ίδια διαδικασία, ένα αναμμένο κεριά από την [θέση♂], οδεύει 2 βήματα εμπροσθεν του τραπεζιού (για να υπάρχει χώρος να εκτελεστούν οι τελετουργικές κινήσεις) και ίσταται εμπροσθεν του ευωδιαστού κλάδου.

Η [θέση♂] ανάβει ένα κεριά για τον εαυτό της και οδεύει εμπροσθεν του τραπεζιού αριστερά της [θέσης♀] κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

Μικρή Παύση

[θέση♂]
Παρακαλώ εγερθείτε άπαντες.

Η [θέση♀] οδεύει διαμετρικά της [θέσης♂].

[θέση♀]
Ας σχηματίσουμε κύκλο αφήνοντας απόσταση ενός βήματος μεταξύ μας.

Όταν ο κύκλος είναι σχηματισμένος άπαντες είναι στραμμένοι προς το κέντρο του (κύκλου).

[θέση♂]
Με την επόμενη τελετουργική κίνηση θα δονήσουμε, τόσο τον χώρο και τον χρόνο όσο και τον εαυτό μας, με τις ενέργειες του Απόλλωνος.
Θα εκτελέσουμε τρεις (3) δεξιόστροφες περιστροφές περίξ ημών, έτσι ώστε να μας περιβάλει το φως του Απόλλωνος.
Κατά την διάρκεια κάθε περιστροφής θα επικαλούμαστε τον θεό Απόλλωνα.

Παρακαλώ, χωρίς εσείς να κινηθείτε, παρακολουθήστε την [θέση♀]
(αναφέρει το μικρό της όνομα) και εμένα για να δείτε την κίνηση.

Η [θέση♀] και η [θέση♂] περιστρέφονται (πάντα δεξιόστροφα) αργά τρεις φορές.

Στο τέλος κάθε περιστροφής παραμένουν επ' ολίγον κοιτάζοντας το κέντρο του κύκλου και απαγγέλουν.

[θέση♀] και [θέση♂]
Ω Απόλλων.

Μόλις ολοκληρωθεί η διαδικασία.

[θέση♂]

Ας επικαλεστούμε όλοι μαζί τον θεό του φωτός, ας επικαλεστούμε τον Απόλλωνα.

Μουσική #3

Άπαντες περιστρέφονται (πάντα δεξιόστροφα) αργά τρεις φορές.

Στο τέλος κάθε περιστροφής παραμένουν επ' ολίγον κοιτάζοντας το κέντρο του κύκλου.

Άπαντες
Ω Απόλλων.

Μουσική #4

[θέση♀]

Παρακαλώ επιστρέψτε στις θέσεις σας και καθίστε κρατώντας το φως αναμμένο.

Μουσική #5

Όλοι οι συμμετέχοντες να επιστρέφουν ήρεμα στις θέσεις τους και κάθονται κρατώντας το κερί αναμμένο εμπροσθεν τους.

Ταυτόχρονα η [θέση♀] και η [θέση♂] οδεύουν εμπροσθεν του τραπεζιού και ίστανται κοιτώντας τους συμμετέχοντες με την [θέση♀] στο δεξί χέρι του Απόλλωνος και την [θέση♂] στο αριστερό χέρι του Απόλλωνος.

Όταν όλοι οι συμμετέχοντες είναι καθισμένοι η [θέση♂] οδεύει πίσω από το τραπέζι και ίσταται εμπροσθεν του αναμμένου κεριού κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

Η [θέση♀] την ακολουθεί και ίσταται στο πλάι του τραπεζιού δεξιά της κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

Η [θέση♂] σβήνει το κεριό της στο δοχείο του ύδατος το οποίο ευρίσκεται στο κέντρο του τραπεζιού και αφήνει το κεριό στο σημείο στο οποίο βρισκόταν πριν το ανάψει.

Η [θέση♀] δίνει το κεριό της στην [θέση♂].

Η [θέση♂] σβήνει το κεριό της [θέσης♀] στο δοχείο του ύδατος το οποίο ευρίσκεται στο κέντρο του τραπεζιού και αφήνει το κεριό στο σημείο στο οποίο βρισκόταν πριν το ανάψει.

Η [θέση♀] οδεύει σε ευθεία γραμμή στον συμμετέχοντα στον οποίο έδωσε το τελευταίο κεριό, λαμβάνει το κεριό του, επιστρέφει στην θέση της δίπλα από την [θέση♂], δίδει το κεριό στην [θέση♂] και η [θέση♂] σβήνει το κεριό στο δοχείο του ύδατος το οποίο ευρίσκεται στο κέντρο του τραπεζιού και αφήνει το κεριό στο σημείο στο οποίο βρισκόταν πριν το ανάψει.

Η [θέση♀] οδεύει σε ευθεία γραμμή στον συμμετέχοντα ο οποίος κάθεται δεξιά του προηγούμενου, λαμβάνει το κεριό του, επιστρέφει στην θέση της δίπλα από την [θέση♂], δίδει το κεριό στην [θέση♂] και η [θέση♂] σβήνει το κεριό στο δοχείο του ύδατος το οποίο ευρίσκεται στο κέντρο του τραπεζιού και αφήνει το κεριό στο σημείο στο οποίο βρισκόταν πριν το ανάψει.

Η ίδια διαδικασία επαναλαμβάνεται έως ότου παραλάβει και το κεριό του συμμετέχοντα στον οποίο έδωσε το πρώτο αναμμένο κεριό.

Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία των συμμετεχόντων, η [θέση♀] οδεύει όπισθεν του τραπεζιού και ίσταται δεξιά της [θέσης♂], πίσω από τον κλάδο ευωδιαστού φυτού κοιτώντας, τους συμμετέχοντες.

Μουσική #6

Η [θέση♀] λαμβάνει το δοχείο με το ύδωρ στο αριστερό της χέρι και τον κλάδο ευωδιαστού φυτού με το δεξί και οδεύει εμπροσθεν του συμμετέχοντος ο οποίος της έδωσε τελευταίος το αναμμένο κεριό.

Ραντίζει στο κεφάλι τον συμμετέχοντα και συνεχίζει ραντίζοντας όλοι τους συμμετέχοντες έναν – έναν ιστάμενος ευκρινώς εμπροσθεν του.

Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία ραντίσματος των συμμετεχόντων, η [θέση♀] οδεύει όπισθεν του τραπεζιού, αφήνει τα αντικείμενα στην θέση που βρισκότουσαν πριν ξεκινήσει την διαδικασία και ίσταται δεξιά της [θέσης♂] πίσω από τον κλάδο ευωδιαστού φυτού κοιτώντας τους συμμετέχοντες³.

Μουσική #7

[θέση♂]

Η όλη διαδικασία αναζωογόνησε το σώμα μας και την ψυχής μας με τις ιδιότητες του πυρός.

[θέση♀]

Σηκωθείτε και τοποθετήστε τις καρτέκλες σας στους τοίχους.

Όλοι οι συμμετέχοντες ταξιθετούν τις καρτέκλες.

[θέση♂]

Πάρτε από ένα στρώμα ο κάθε ένας και τοποθετήστε το σε όποιο σημείο του χώρου επιθυμείτε.

Στην συνέχεια σταθείτε όρθιοι δίπλα από το στρώμα σας.

Όλοι οι συμμετέχοντες λαμβάνουν από ένα στρώμα και το τοποθετούν στον χώρο.

[θέση♂]

Ξαπλώστε στα στρώματα σας. Θα εκτελέσουμε ασκήσεις ξαπλωτής γείωσης.

Όλοι οι συμμετέχοντες να ξαπλώνουν.

³ Προσοχή

Εάν η [θέση♀] και η [θέση♂] κρίνουν ότι οι περιστάσεις δεν είναι κατάλληλες, το τελετουργικό μπορεί να σταματήσει σε αυτό το σημείο και να μην ακολουθήσει το μέρος της ξαπλωτής γείωσης.

Σε αυτήν την εναλλακτική η [θέση♀] και η [θέση♂] φέρνουν σε αυτό το σημείο τις δύο (2) προβλεπόμενες για αυτές καρτέκλες, τις τοποθετούν στην θέση όπου προηγουμένως ίσαντο, κάθονται και δίδεται ο λόγος στους συμμετέχοντες.

[θέση♂]

Λυγίστε τα γόνατα σας, ώστε οι πατούσες να πατάνε γερά στο πάτωμα.

Όλοι οι συμμετέχοντες λαμβάνουν την ορθή στάση.

[θέση♂]

Πάρτε βαθιές διαφραγματικές αναπνοές ανεβάζοντας στην συνέχεια τον αέρα στην πλάτη, το στήθος και τους ώμους.

[θέση♂]

Κρατήστε ελάχιστα τον αέρα στον θώρακα μετά την εισπνοή πριν εκπνεύσετε.

[θέση♀]

Εάν για τον οποιοδήποτε λόγο νοιώσετε δυσφορία, σταματήστε τις βαθιές αναπνοές και αναπνέετε κανονικά.

Η όλη διαδικασία διαρκεί 10 λεπτά.

[θέση♂]

Ξεκινήστε να αναπνέετε κανονικά.

Μουσική #8

[θέση♀]

Παραμείνετε στα στρώματα σε όποια στάση θέλετε.

Όταν τελειώσει η μουσική.

[θέση♀]

Παρακαλώ εγερθείτε πάρα πολύ σταδιακά ώστε να μην ζαλιστείτε, πηγαίνετε στις καρέκλες σας, όπως αυτές ευρίσκονται στους τοίχους, και καθίστε.

Αφήστε τα στρώματα στην θέση τους.

Όλοι οι συμμετέχοντες εγείρονται και οδεύουν στις καρέκλες τους.

Η [θέση♀] και η [θέση♂] φέρνουν τις δύο (2) προβλεπόμενες για αυτές καρέκλες και τις τοποθετούν στην θέση όπου προηγουμένως ήταντο.

Απαντες κάθονται.

[θέση♂]

Εάν επιθυμεί κάποιος μπορεί να μοιραστεί μαζί μας την εμπειρία του.

Απαντες

Συζήτηση.

[θέση♀]

Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας. Τώρα μπορείτε να εξέλθετε της αιθούσης.

Απαντες οδεύουν εκτός της αιθούσης εκτός από την [θέση♀] και την [θέση♂] οι οποίες παραμένουν για να σβήσουν το κερι με τον κηροσβέστη και να ταξιθετήσουν τα τελετουργικά αντικείμενα.



Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Τελετουργικό Αθηνάς

Στόχος: Επαφή με το 'Εδώ και Τώρα'

Απαιτούμενα Αντικείμενα

Ολόσωμο άγαλμα Αθηνάς ύψους περίπου 50cm. Εναλλακτικά ολόσωμη φωτογραφία της Αθηνάς διαστάσεων περίπου 30X60cm.

Στύλος επί του οποίου τοποθετείται το άγαλμα ή τρίποδο επί του οποίου τοποθετείται η φωτογραφία.

Τέσσερα λευκά κεριά τύπου πυλώνας.

Τέσσερεις στύλοι κεριών τύπου πυλώνα (χαμηλότεροι από τον στύλο του αγάλματος).

Ορθογώνιο παραλληλεπίπεδο τραπέζι αναλογικών διαστάσεων 1X2.

Μακρύ λευκό βαμβακερό τραπεζομάντηλο.

Τέσσερα στρογγυλά υάλινα διαφανή σκεύη εύρους 30cm.

Ένα λευκό κεριό μεταφοράς.

Ένα μέτριο άγαλμα γλαυκός.

Ένας αργυρού χρώματος κηροσβέστης.

Ένα διαπασών ή ανάλογο όργανο με θηλυκό ήχο.

Ένας στρογγυλός ράβδος μήκους 160cm.

Κείμενα τελετουργικού.

Σύστημα παραγωγής μουσικής με τηλεχειριστήριο το οποίο χειρίζεται η [θέση♂].

Καρέκλες.

Διάταξη Αίθουσας

Στο μέσον του ενός τοίχου της αιθούσης⁴, πάνω στον ψηλότερο στύλο τοποθετείται το άγαλμα της θεάς. Εάν επιλεχθεί η εναλλακτική της φωτογραφίας, αυτή τοποθετείται σε έναν τρίποδα. Η φωτογραφία θα πρέπει να είναι όσο είναι εφικτό κάθετη.

Έμπροσθεν του στύλου του αγάλματος ή της φωτογραφίας τοποθετείται ο ένας από τους τέσσερις χαμηλότερους στύλους επί του οποίου τοποθετείται το ένα από τα τέσσερα υάλινα στρογγυλά δοχεία εντός του οποίου τοποθετείται το ένα από τα τέσσερα κεριά πυλώνας. Η Φλόγα του κεριού θα πρέπει, όσο είναι εφικτό, να καίει στο κέντρο του αγάλματος ή της φωτογραφίας της Αθηνάς.

Έμπροσθεν του στύλου του κεριού της Αθηνάς ευρίσκεται το ορθογώνιο παραλληλεπίπεδο τραπέζι. Το τραπέζι είναι στρωμένο με το λευκό μακρύ τραπεζομάντηλο. Η απόσταση ανάμεσα από τον στύλο και το τραπέζι θα πρέπει να είναι τόση ώστε να κινούνται με άνεση η [θέση♀] και η [θέση♂].

Στο κέντρο του τραπεζιού ευρίσκεται το μέτριο άγαλμα γλαυκός, το οποίο κοιτάζει τους συμμετέχοντες.

Το λευκό κεριό μεταφοράς τοποθετείται δεξιά (δεξιό χέρι Αθηνάς) του αγάλματος της γλαυκός.

Το διαπασών τοποθετείται δεξιότερα από το λευκό κεριό μεταφοράς.

Ο αργυρού χρώματος κηροσβέστης τοποθετείται αριστερά (αριστερό χέρι Αθηνάς) του αγάλματος της γλαυκός.

Στην αριστερή πλευρά του τραπεζιού (αριστερό χέρι [θέσης♀] και [θέσης♂]) όταν αυτοί κοιτούν τους συμμετέχοντες) ευρίσκεται η ράβδος.

Ένας από τους υπόλοιπους τρεις (3) στύλους ευρίσκεται όπισθεν του ημικυκλίου των καρεκλών των συμμετεχόντων, σε απόσταση 2 μέτρων από την κοντινότερη καρέκλα του ημικυκλίου και διαμετρικά απέναντι από τον στύλο της Αθηνάς.

Οι υπόλοιποι δύο στύλοι τοποθετούνται έξωθεν του ημικυκλίου των καρεκλών των συμμετεχόντων, σε απόσταση 2 μέτρων από την κοντινότερη καρέκλα του ημικυκλίου και στο ενδιάμεσο της απόστασης των δύο προηγούμενων στύλων (Αθηνάς – διαμετρικά απέναντι του).

Καρέκλες, όσοι οι συμμετέχοντες, είναι τοποθετημένες σε ημικύκλιο με μέτωπο το τραπέζι.

⁴ Εναλλακτικά όπου ο χώρος επιτρέπει την αρτιότερη εκτέλεση του τελετουργικού.

Η πρώτη καρέκλα είναι τοποθετημένη σε απόσταση περίπου 2 μέτρων από το τραπέζι.

Δύο επιπλέον καρέκλες της [θέσης♀] και της [θέσης♂] ευρίσκονται σε σημείο πολύ διακριτικό.

Πριν την έλευση των συμμετεχόντων η αίθουσα είναι άδεια και ανάβει μόνο το κεντρικό κερι.

Πολύ ήρεμη και ήσυχη μουσική #1 πληροί την ατμόσφαιρα.

Ταξιθεσία

Η [θέση♂] ανοίγει την μουσική #1, υποδέχεται τους συμμετέχοντες στην είσοδο της αίθουσας και τους ταξιθετεί στις καρέκλες.

Η [θέση♀] ίσταται στο κέντρο εμπροσθεν του τραπεζιού κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

Όταν έχουν καθίσει όλοι οι συμμετέχοντες η [θέση♀] και η [θέση♂] οδεύουν στις πλαϊνές πλευρές του τραπεζιού.

Η [θέση♀] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο δεξιό χέρι της θεότητας και η [θέση♂] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο αριστερό χέρι της θεότητας.

Αμφότερες ίστανται.

Μουσικές

Μουσική #1

Πολύ ήρεμη, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #2

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #3

Χαλάρωσης – Μεγάλης Διάρκειας ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #4

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

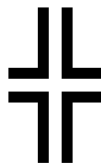
Μουσική #5

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 3'.

Μουσική #6

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #7
Χαλάρωσης, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.



Δράσεις Τελετουργικού

Όλες οι κινήσεις εκτελούνται σε ευθεία γραμμή και όλες οι περιστροφές (εκτός εξαιρέσεων) εκτελούνται πάντα δεξιόστροφα.

Ανάλογα με τους συμμετέχοντες γίνονται οι απαιτούμενες συστάσεις.

Η [θέση♂] σταματά την μουσική #1.

[θέση♀]

Σκοπός του τελετουργικού της ημέρας είναι να έρθουμε σε επαφή με το εκάστοτε 'εδώ και τώρα' της ζωής μας και να αυξήσουμε την επίγνωση της ύπαρξής μας περιβαλλόμενοι από το φως της γνώσεως της Αθηνάς.

[θέση♂]

Η θεά Αθηνά γεννήθηκε από το κεφάλι του Διός και συμβολίζει την σοφία σε όλα τα επίπεδα της ανθρώπινης ύπαρξης.

Στόχος μας, μέσω του τελετουργικού, είναι να εναρμονιστούμε με τις δονήσεις του αρχέτυπου.

[θέση♀]

Στα χώματα στα οποία πατάμε, ζούσαν στο παρελθόν άνθρωποι σαν και εμάς.

Ζούσαν άνθρωποι οι οποίοι είχαν παρόμοιες ζωές με εμάς.

Άνθρωποι με παρόμοιες προσδοκίες και παρόμοια προβλήματα με εμάς.

Όμως, το ότι αυτοί οι άνθρωποι δεν είναι πλέον ανάμεσα μας, επιβεβαιώνει ότι η ζωή μας δεν είναι ατελείωτη.

Είναι απολύτως βέβαιο ότι κάποια στιγμή θα τελειώσει.

Επίσης, κανείς μας δεν γνωρίζει πότε θα φθάσει αυτό το τέλος.

Το σημαντικότερο δώρο το οποίο μπορούμε να προσφέρουμε στον εαυτό μας είναι να είμαστε σε επαφή με το παρόν, αφήνοντας πίσω μας το παρελθόν και επιτρέποντας στο μέλλον να φέρει τα γεγονότα τα οποία παραγραμματίζει για εμάς.

Αυτό δεν σημαίνει ότι είμαστε μοιρολάτρες, γιατί αυτό θα σήμαινε ότι δεν έχουμε επαφή με το 'εδώ και τώρα'.

Μέσω αυτού του τελετουργικού θα προσπαθήσουμε να ενισχύσουμε την επαφή μας με το 'εδώ και τώρα' της ζωής μας.

[θέση♀]

Κτυπά ρυθμικά τρεις (3) φορές το διαπασών.

[θέση♂]

Κτυπά δυναμικά τρεις (3) φορές την ράβδο στο έδαφος κρατώντας το με το δεξιό χέρι.

[θέση♀]

Σκοπός του τελετουργικού είναι να δονηθεί ο χώρος και ο χρόνος με τις ενέργειες του αρχετύπου της συνειδητότητας, με τις ενέργειες της θεάς Αθηνάς.

[θέση♂]

Εις την δόξα του φωτός της γνώσεως, το οποίο περιβάλλει κάθε τι το οποίο εκδηλώνεται στο σύμπαν.

Πολύ Μικρή Παύση

[θέση♀]

Οδεύει σε απόσταση 1-2 μέτρων έμπροσθεν του τραπεζιού, στο μέσον του.

Περιστρέφεται ώστε να έχει μέτωπο προς την Αθηνά.

Εκτείνει τα χέρια της σε στάση αγκαλιάς προς την θεά και επικαλείται την Αθηνά.

Ω Παλλάδα μονογενής, σεμνό τέκνο του μεγάλου Διός, σεβαστή μακάρια θεά,

εσύ η οποία γεννήθηκες αρσενική και θηλυκή,

εσύ η οποία οιστρηλατείς τις ψυχές των ανθρώπων με μανίες,

κόρη προγυμνάστρια η οποία έχεις οργή τρομακτική,

εσύ η οποία είσαι η πανευτυχής μητέρα των τεχνών,

εσύ η οποία αγαπάς να εμπνέεις στους κακούς την παραφροσύνη, αλλά στους καλούς την φρόνηση,

ποικιλόμορφη, με βλέμμα διαπεραστικό,

λαμπρότιμη, γλαυκώπις, εφευρέτρια τεχνών, πολυλατρεμένη βασίλισσα.

Εισάκουσέ με που προσεύχομαι ημέρα και νύχτα, ακόμα και τα ξημερώματα, και δώσε ειρήνη την πλούσια σε ευλογίες, και ικανοποίηση και υγεία σ' ευτυχισμένες εποχές.

[θέση♀]

Επιστρέφει στην θέση στην οποία βρισκόταν και ίσταται με μέτωπο προς τους συμμετέχοντες.

Μουσική #2

[θέση♀]

Ας μας περιβάλλει το φως της γνώσεως, ας μας περιβάλλει το φως της Αθηνάς.

Η [θέση♀] οδεύει έμπροσθεν του καιόμενου κεριού και ίσταται κοιτάζοντας τους συμμετέχοντες.

Η [θέση♂] παραμένει στην θέση της, δηλαδή στα αριστερά της [θέσης♀].

Η [θέση♀] λαμβάνει (με το δεξιό της χέρι) το κεριό μεταφοράς, στρέφεται προς την Αθηνά, το ανάβει από το καιόμενο (της Αθηνάς), στρέφεται προς τους συμμετέχοντες και το παραδίνει στην [θέση♂].

Η [θέση♂] οδεύει σε καμπύλη γραμμή στον στύλο ο οποίος ευρίσκεται στην πλευρά του αριστερού χεριού της θεότητας και ανάβει το κεριό του.

Στην συνέχεια οδεύει σε καμπύλη γραμμή στον στύλο ο οποίος ευρίσκεται απέναντι από την θεότητα και ανάβει το κεριό του.

Στην συνέχεια οδεύει σε καμπύλη γραμμή στον στύλο ο οποίος ευρίσκεται στην πλευρά του δεξιού χεριού της θεότητας και ανάβει το κεριό του.

Στην συνέχεια οδεύει σε καμπύλη γραμμή έμπροσθεν του τραπεζιού και ίσταται κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

[θέση♀]

Ας συντονιστούμε με το φως της γνώσεως. Παρακαλώ, καθώς η [θέση♂] (αναφέρει το όνομα της) θα διέρχεται έμπροσθεν σας, προσπαθήστε να συντονιστείτε, τόσο με την φλόγα του κεριού όσο και με τα μάτια της/του. Η [θέση♂] θα παραμένει έμπροσθεν σας έως ότου επιτευχθεί η σύνδεση με το φως της Αθηνάς και την/τον ίδια/ο.

Η [θέση♀] ανοίγει την μουσική.

Μουσική #3

Η [θέση♂] οδεύει σε καμπύλη γραμμή στον πρώτο καθήμενο (πλευρά αριστερού χεριού θεότητας) του ημικυκλίου και παρουσιάζει την φλόγα στο ύψος των ματιών του.

Αναμένει έως ότου νοιώσει ότι ο συμμετέχων συντονίζεται τόσο με την φλόγα όσο και με τους οφθαλμούς της.

Στην συνέχεια πλαγιοδρομεί στον επόμενο συμμετέχοντα και εκτελεί την ίδια διαδικασία.

Το ίδιο συμβαίνει με όλους τους συμμετέχοντες (έως και τον τελευταίο συμμετέχοντα – πλευρά δεξιού χεριού θεότητας).

Στην συνέχεια οδεύει σε καμπύλη γραμμή στο σημείο στο οποίο ευρισκόταν πριν ξεκινήσει το κυκλικό άναμμα των κεριών, δίδει το κεριό του στην [θέση♀] και περιστρέφεται ώστε κοιτάζει τους συμμετέχοντες.

Η [θέση♀] λαμβάνει τον κηροσβέστη, περιστρέφεται, ενώνει την φλόγα του κεριού μεταφοράς με την φλόγα του κεριού του στύλου της Αθηνάς, σβήνει το κεριό μεταφοράς με τον κηροσβέστη και οδεύει στο πλάι του τραπέζιου κοιτάζοντας τους συμμετέχοντες.

Η [θέση♀] κλείνει την μουσική.

Η [θέση♀] και η [θέση♂] φέρνουν τις δύο (2) προβλεπόμενες για αυτές καρέκλες, τις τοποθετούν εμπροσθεν του τραπέζιου και κάθονται αναλογικά με την θέση όπου προηγουμένως ίσαντο.

[θέση♀]

Τώρα θα εκτελέσουμε διαλογισμό με στόχο την ενίσχυση της επαφής με το 'εδώ και τώρα'...

Κάθε στιγμή στην ζωή μας θα πρέπει να είμαστε σε επαφή με το 'εδώ και τώρα' γιατί η ζωή μας δεν είναι ατελείωτη και δεν ξέρουμε ποτέ τι μπορεί να μας συμβεί οποιαδήποτε στιγμή...

Μουσική #4

[θέση♀]

Κάθισε με την πλάτη σου ίσια, έτσι ώστε το σώμα σου να σχηματίζει δύο ορθές γωνίες...

Πάρε μερικές διαφραγματικές αναπνοές και στην συνέχεια ανέβασε τον αέρα στην πλάτη, τους ώμους και το στήθος...

Νοιώσε τον αέρα να γεμίζει όλον τον θώρακα σου...

Είναι πολύ σημαντικό να αναπνέεις με αυτόν τον τρόπο σε όλη την διάρκεια του διαλογισμού...

Τώρα φαντάσου μία ενέργεια η οποία εκπορεύεται από το κέντρο της Γης...
Φαντάσου, ότι αυτή η ενέργεια φτάνει έως τα πέλματά σου...

Νοιώσε, ότι αυτή η ενέργεια αρχίζει να διεισδύει εντός του σώματός σου και
ότι χαλαρώνει κάθε σου κύτταρο προσδίδοντας του σταθερότητα.

Φαντάσου, ότι αυτή η ενέργεια επεκτείνεται τμηματικά και σιγά – σιγά σε
όλο το σώμα σου...

Μην ξεχνάς την αναπνοή η οποία γεμίζει όλο τον θώρακα σου...

Καθώς η ενέργεια επεκτείνεται, κάνε στάσεις περισυλλογής εις:

Τα δάκτυλα των ποδιών,

Τα πέλματα,

Τους αστραγάλους,

Τις κνήμες,

Τα γόνατα,

Τους μηρούς,

Τους γλουτούς,

Τα γεννητικά όργανα,

Την κοιλιά,

Το στομάχι,

Την μέση,

Νοιώσε ότι όλο το κάτω μέρος του σώματος σου είναι πλημμυρισμένο από
αυτήν την ενέργεια η οποία εκπορεύεται από το κέντρο της Γης και είναι
χαλαρό σε όλη την έκταση του...

Νοιώσε, ότι γίνεται ένα με την Γη και ότι αυτό σου παρέχει μεγάλη
σταθερότητα, βεβαιότητα, ευστάθεια και στερεότητα.

Τώρα, φαντάσου μία ενέργεια, η οποία να κατέρχεται από τον Ουρανό και
η οποία φτάνει έως το πάνω μέρος της κεφαλής σου...

Νοιώσε ότι αυτή η ενέργεια αρχίζει να διεισδύει εντός του σώματός σου και ότι χαλαρώνει κάθε σου κύτταρο προσδίδοντας του διαύγεια.

Φαντάσου, ότι αυτή η ενέργεια επεκτείνεται τμηματικά και σιγά – σιγά εις όλο το σώμα σου...

Μην ξεχνάς την αναπνοή η οποία γεμίζει όλο τον θώρακα σου...

Καθώς η ενέργεια επεκτείνεται, κάνε στάσεις περισυλλογής εις:

Το πάνω μέρος της κεφαλής,

Το πίσω μέρος κεφαλής,

Τους κροτάφους,

Το μέτωπο,

Το πρόσωπο,

Το στόμα,

Τον λαιμό,

Τον αυχένα,

Την πλάτη,

Τους ώμους,

Τους βραχίονες,

Τους αγκώνες,

Τους πήχεις,

Τους καρπούς,

Τις παλάμες,

Τα δάκτυλα των χεριών,

Το στήθος...

Τώρα το πάνω μέρος του σώματός σου είναι πλημμυρισμένο με αυτήν την ενέργεια η οποία κατέρχεται από τον Ουρανό...

Νοιώσε την ηρεμία και την γαλήνη τις οποίες σου προσφέρει...

Μην ξεχνάς την αναπνοή η οποία γεμίζει όλο τον θώρακα σου...

Τώρα, φαντάσου, ότι η ενέργεια, η οποία κατέρχεται από τον Ουρανό διεισδύει εις την κοιλιά σου και συναντάει την ενέργεια, η οποία προέρχεται από το κέντρο της Γης...

Φαντάσου, ότι αυτές οι ενέργειες αναμειγνύονται αρμονικά και ότι αρχίζουν να περιστρέφονται δεξιόστροφα εις μία ομαλή και αργή τροχιά.

Φαντάσου, ότι χαλαρώνει σταδιακά όλο σου το σώμα...

Τώρα, το σώμα σου είναι πλημμυρισμένο από αυτές τις δύο ενέργειες και ότι είναι χαλαρό...

[θέση♂]

Κάνε μία αναδρομή στην ζωή σου από όσο πιο παλιά θυμάσαι έως σήμερα...

Δεν χρειάζεται να βιαστείς να ολοκληρώσεις την διαδικασία...

Δίδεται χρόνος.

Τώρα εστιάσου σε μία φάση από την ζωή σου στην οποία, εκ του αποτελέσματος, αποκαλύφθηκε ότι δεν ήσουν σε επαφή με όλα τα δεδομένα της πραγματικότητας...

Θα μπορούσε να είναι μία συντροφική σχέση, μία συνεργασία σου, μία εργασία την οποία έκανες ή οτιδήποτε άλλο σου έλθει στο μυαλό...

Δίδεται λιγότερος χρόνος από προηγουμένως.

Αυτό για το οποίο θα σε καλέσω να διαλογιστείς είναι στις παραμέτρους τις οποίες δεν έβλεπες όταν βίωνες τα γεγονότα της φάσης της ζωής και οι οποίες παράμετροι οδήγησαν στην έκβαση την οποία δεν μπορούσες να φανταστείς κατά την διάρκεια των γεγονότων.

Παύση Περισυλλογής

[θέση♀]

Καθώς η μουσική θα παίζει πάρε βαθιές ανάσες, πίεσε τα πέλματα σου στο έδαφος και έλα σε επαφή με το 'εδώ και τώρα'...
Μην βιαστείς να ολοκληρώσεις την διαδικασία...

Μουσική #5

[θέση♂]

Ποιος θα ήθελε να μοιραστεί μαζί μας το βίωμα του διαλογισμού του;

Συζήτηση για όσο χρονικό διάστημα χρειασθεί.

[θέση♀]

Ας πάρουμε μία – δύο βαθιές αναπνοές και ας χαλαρώσουμε.

Μουσική #6

[θέση♀]

Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας. Τώρα μπορείτε να εξέλθετε της αιθούσης.

Μουσική #7

Άπαντες οδεύουν εκτός της αιθούσης εκτός από την [θέση♀] και την [θέση♂] οι οποίες παραμένουν για να σβήσουν τα κεριά με τον κηροσβέστη και να ταξιθετήσουν τα τελετουργικά αντικείμενα.



Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Τελετουργικό Διονύσου

Στόχος: Βίωση Πάθους

Απαιτούμενα Αντικείμενα

Ένα άγαλμα του Διονύσου αρκετά ευμέγεθες ώστε να είναι αντιληπτή η θεότητα.

Ένα τετράγωνο ή στρογγυλό τραπεζάκι.

Μακρύ λευκό βαμβακερό τραπεζομάντηλο.

Ένας στρογγυλός ράβδος μήκους 160cm.

Ένα κρουστό όργανο.

Κείμενα τελετουργικού.

Σύστημα παραγωγής μουσικής με τηλεχειριστήριο το οποίο χειρίζεται η [θέση♀].

Καρέκλες.

Διάταξη Αίθουσας

Οι καρέκλες είναι συμμετρικά τοποθετημένες στους τέσσερις τοίχους.

Οι καρέκλες είναι τόσες όσοι οι συμμετέχοντες και οι [θέσεις].

Στο κέντρο της αίθουσας υπάρχει το τραπεζάκι με το τραπεζομάντηλο στρωμένο επάνω του.

Επάνω στο τραπεζάκι υπάρχουν:

Στο κέντρο το άγαλμα του Διονύσου,

Δίπλα από το τραπεζάκι, αριστερό χέρι θεού, είναι τοποθετημένο στην βάση της, η ράβδος.

Δίπλα από το τραπεζάκι, δεξιό χέρι θεού, είναι τοποθετημένο το κρουστό όργανο. Εάν το όργανο είναι ευμέγεθες, τότε ευρίσκεται επί του εδάφους.

Πολύ ήρεμη και ήσυχη μουσική #1 πληροί την ατμόσφαιρα.

Ταξιθεσία

Η [θέση♀] ανοίγει την μουσική #1 και μαζί με την [θέση♂] υποδέχονται τους συμμετέχοντες στην είσοδο της αίθουσας και τους ταξιθετούν στις καρέκλες.

Όταν έχουν καθίσει όλοι οι συμμετέχοντες η [θέση♀] και η [θέση♂] οδεύουν στις προκαθορισμένες καρέκλες οι οποίες είναι κρατημένες για αυτές, ώστε να μην καθίσει κάποιος συμμετέχων και κάθονται.

Οι καρέκλες της [θέσης♀] και της [θέσης♂] είναι διαμετρικά αντίθετες. Η [θέση♂] ακριβώς απέναντι του θεού ενώ η [θέση♀] ακριβώς όπισθεν του θεού διαμετρικά αντίθετα από την [θέση♂].

Μουσικές

Μουσική #1

Πολύ ήρεμη, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #2

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #3

Κινητοποίησης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #4

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #5

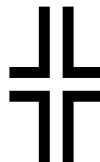
Κινητοποίησης διάρκειας περίπου 5'.

Μουσική #6

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #7

Χαλάρωσης, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.



Δράσεις Τελετουργικού

Όταν όλοι κάθονται η [θέση♀] σταματά την μουσική #1.

Η [θέση♀] και η [θέση♂] είναι καθήμενοι στις θέσεις τους.

[θέση♂]

Στόχος μας είναι να βιώσουμε το δημιουργικό πάθος, ώστε να μπορούμε να αναμοχλεύουμε κάθε φορά κατά την οποία θέλουμε να δημιουργήσουμε το οτιδήποτε στην ζωή μας.

Το πάθος στην Ελληνική μυθολογία συμβολίζεται από τον Διόνυσο.

[θέση♀]

Ο Διόνυσος ως μυθολογική οντότητα δεν είναι ούτε παιδί ούτε άντρας.

Είναι ένας αιώνιος έφηβος, καταλαμβάνοντας μια θέση ανάμεσα στα δύο.

Με αυτήν την μορφή, αντιπροσωπεύει την ουσία της μεταμορφωτικής ενέργειας και Δύναμης, γεμάτη πονηριά, εξαπάτηση και στρατηγικές οι οποίες παραπέμπουν είτε την θεϊκή σοφία είτε την ιδιότητα του κατεργάρη.

Ως εκ τούτου συμβολίζει την ενέργεια της μετουσίωσης.

Προσοχή, όχι το αποτέλεσμα της μετουσίωσης, γιατί το αποτέλεσμα εξαρτάται, τόσο από τον στόχο μας όσο και από την στάση μας.

[θέση♀]

Ας πάρουμε μία – δύο βαθιές αναπνοές και χαλαρώσουμε.

Μουσική #2

Η [θέση♀] και η [θέση♂] εγείρονται ταυτόχρονα και οδεύουν στο τραπεζάκι.

Η [θέση♂] έμπροσθεν του θεού και η [θέση♀] εκ διαμέτρου απέναντι της [θέση♂], όπισθεν του θεού.

Ταυτόχρονα, η [θέση♂] λαμβάνει την ράβδο και η [θέση♀] το κρουστό όργανο.

Ταυτόχρονα οπισθοδρομούν περίπου ένα μέτρο από το τραπεζάκι.

[θέση♂]

Κτυπά δυναμικά τρεις (3) φορές την ράβδο στο έδαφος κρατώντας την με το δεξιό χέρι.

[θέση♀]

Κτυπά δυναμικά τρεις (3) φορές το κρουστό όργανο.

[θέση♀]

Σκοπός μας είναι να συντονιστούμε με το πάθος του θεού, ο οποίος διακατέχεται από την ενέργεια της μετουσίωσης και άρα της Αλλαγής.

[θέση♂]

Εις την δόξα του πραγματικού μας εαυτού όποιος και αν είναι αυτός.

Μουσική #3

[θέση♂]

Εκτείνει τα χέρια του σε στάση αγκαλιάς προς τον θεό και επικαλείται τον Διόνυσο.

Τον Διόνυσον προσκαλώ,
τον θορυβώδη ο οποίος φωνάζει ‘ευοί – ευάν⁵,
τον πρωτογενή ο οποίος έχει δύο φύσεις,
τον Βακχικό βασιλέα,
τον ζώντα εις τους αγρούς,
τον ανέκφραστον,
τον απόκρυφον ο οποίος έχει δύο κέρατα και δύο μορφές,
τον αγνόν ο οποίος τρέφει τα σταφύλια και έχει για πέπλο βλαστάρια.
Ω Ευβουλέα, ω αθάνατε δαίμονα (θεέ) άκουσε ω μακάριε, την φωνή μου και
σπεύσε με γλυκύτητα και με προσήγεια έχοντας ευμενή διάθεση.

Μουσική #4

[θέση♂]

Εγερθείτε άπαντες.

Άπαντες εκτελούν την εντολή.

[θέση♂]

⁵ Υγίαине ή χαίρε.

Σχηματίστε κύκλο πέριξ της θεότητας φροντίζοντας να υπάρχει κάποιος συμμετέχων στις τέσσερις κατευθύνσεις με την Ανατολή να καταλαμβάνεται από εμένα.

Η [θέση♀] οπισθοδρομεί τρία βήματα ώστε να ευρίσκεται εκτός κύκλου ο οποίος θα σχηματιστεί από τους συμμετέχοντες.

Οι συμμετέχοντες σχηματίζουν κύκλο μεγέθους ανάλογα με τον αριθμό τους, ώστε να κλείνει ο κύκλος, φροντίζοντας να υπάρχει κάποιο άτομο στις τέσσερις κατευθύνσεις.

Η [θέση♂] αφήνει την ράβδο στην βάση της.

[θέση♀]

Στραφείτε δεξιόστροφα περίπου 270 μοίρες και σταματήστε όταν ο ένας βλέπει την πλάτη του άλλου εάν το βλέμμα σας προεκταθεί στον κύκλο και αφήνοντας απόσταση περίπου ενός μέτρου από τον προηγούμενο.

Η [θέση♂] παραμένει ακίνητη.

Απαντες οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

[θέση♀]

Με το αριστερό σας χέρι προτασσόμενο πιάστε το δεξιό του προπορευόμενου σας, ο οποίος θα το εκτείνει όπισθεν του.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Ο κύκλος πρέπει να είναι κλειστός έστω και εάν είναι λίγοι οι συμμετέχοντες.

[θέση♀]

Ας συντονιστούμε με τον καρδιακό μας ρυθμό εκφωνώντας σε κάθε κτύπο της καρδιάς 'ευοί – ευάν'.

Εκτελούν την εντολή εκφωνώντας σε κάθε κτύπο της καρδιάς 'ευοί – ευάν'.

Η [θέση♀] δίδει τον ρυθμό με το κρουστό όργανο.

Η [θέση♀] κρούει συνεχώς το όργανο έως ότου τελειώσει η Διεργασία.

Η ένταση κρούσης διαμορφώνεται ανάλογα της φόρτισης των συμμετεχόντων.

[θέση♂]

Ας εκτελέσουμε τρεις (3) κύκλους πέριξ του θεού συνεχίζοντας να εκφωνούμε το Διονυσιακό – Βακχικό επιφώνημα ‘ευοί – ευάν’ και νοιώθοντας το πάθος να πλημυρίζει, τόσο κάθε κύτταρο του σώματος μας όσο και όλο τον ψυχισμό μας.

Ας κτυπάμε όλοι συντονισμένοι με τους ήχους, τόσο του επιφωνήματος όσο και του κρουστού οργάνου, το πάτωμα, με τον κτύπο του δεξιού ποδιού να είναι δυνατός.

Άπαντες εκτελούν την εντολή.

Η Πομπή περιστρέφεται δεξιόστροφα τρεις φορές σταματά με την [θέση♂] να ευρίσκεται στο σημείο από το οποίο ξεκίνησε (έμπροσθεν του θεού).

Όταν ολοκληρωθούν οι τρεις κύκλοι η [θέση♀] σταματάει να κρούσει το όργανο.

[θέση♀]

Στραφείτε δεξιόστροφα προς τον θεό.

Άπαντες εκτελούν την εντολή.

[θέση♂]

Ας αφήσουμε τα χέρια μας.

Άπαντες εκτελούν την εντολή.

Η [θέση♂] λαμβάνει την ράβδο.

[θέση♂]

Ας επιστρέψουμε στις θέσεις μας.

Άπαντες εκτελούν την εντολή.

Η [θέση♀] και η [θέση♂] αφήνουν το κρουστό όργανο και την ράβδο αντίστοιχα στην θέση στην οποία ευρίσκοντο, επιστρέφουν στις θέσεις τους και κάθονται.

[θέση♀]

Ας πάρουμε βαθιές αναπνοές και ας νοιώσουμε το πάθος μας να δυναμώνει ακόμη περισσότερο.

Μουσική #5

[θέση♂]
Ποιος θέλει να μιλήσει;

Απαντες
Συζήτηση.

Μουσική #6

[θέση♀]
Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας. Τώρα μπορείτε να εξέλθετε της αιθούσης.

Μουσική #7

Απαντες οδεύουν εκτός της αιθούσης εκτός από την [θέση♀] και την [θέση♂] οι οποίες παραμένουν για να ταξιθετήσουν τα τελετουργικά αντικείμενα.



Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Τελετουργικό Σελήνης

Στόχος: Αρμονική Ψυχική Φόρτιση

Απαιτούμενα Αντικείμενα

Ολόσωμο άγαλμα της θεάς Σελήνης ύψους περίπου 50cm. Εναλλακτικά ολόσωμη φωτογραφία της θεάς Σελήνης διαστάσεων περίπου 30X60cm.

Στύλος επί του οποίου τοποθετείται το άγαλμα ή τρίποδο επί του οποίου τοποθετείται η φωτογραφία.

Ένα λευκό κερί⁶ τύπου πυλώνας.

Δύο στύλοι χαμηλότεροι από αυτόν του αγάλματος.

Ορθογώνιο παραλληλεπίπεδο τραπέζι αναλογικών διαστάσεων 1X2.

Μακρύ λευκό βαμβακερό τραπεζομάντηλο.

Δύο στρογγυλά υάλινα διαφανή σκεύη (ένα ρηχό και ένα βαθύ) εύρους 30cm.

Ένα αργυρόχρωμο εργαλείο μεταφοράς ύδατος.

Αργυρόχρωμα μεταλλικά δοχεία όσα όλοι οι συμμετέχοντες, εύρους 10cm.

Ένα λευκό κερί μεταφοράς.

Άγαλμα Πανσελήνου.

Ευμεγέθη φεγγαρόπετρα.

Ένας αργυρού χρώματος κηροσβέστης.

Ένα διαπασών ή ανάλογο όργανο με θηλυκό ήχο.

Μία στρογγυλή ράβδος μήκους 160cm.

Κείμενα τελετουργικού.

⁶ Εάν δεν υπάρχει κερί, τότε υπάρχει ένα υάλινο δοχείο και δεν υπάρχουν ο αργυρού χρώματος κηροσβέστης και το κερί μεταφοράς.

Σύστημα παραγωγής μουσικής με τηλεχειριστήριο το οποίο χειρίζεται η [θέση♂].

Καρέκλες.

Διάταξη Αίθουσας

Στο μέσον του ενός τοίχου της αιθούσης⁷, πάνω στον ψηλότερο στύλο τοποθετείται το άγαλμα της θεάς. Εάν επιλεγθεί η εναλλακτική της φωτογραφίας, αυτή τοποθετείται σε έναν τρίποδα. Η φωτογραφία θα πρέπει να είναι όσο είναι εφικτό κάθετη.

Έμπροσθεν του στύλου του αγάλματος ή της φωτογραφίας τοποθετείται ο ένας από τους δύο χαμηλότερους στύλους επί του οποίου τοποθετείται το ένα από τα τέσσερα υάλινα στρογγυλά δοχεία εντός του οποίου τοποθετείται⁸ το ρηχό υάλινο στρογγυλό δοχείο εντός του οποίου τοποθετείται το κερί πυλώνας.

Η Φλόγα του κεριού θα πρέπει, όσο είναι εφικτό, να καίει στο κέντρο του αγάλματος ή της φωτογραφίας της θεάς Σελήνης.

Έμπροσθεν του στύλου του κεριού της θεάς Σελήνης ευρίσκεται το ορθογώνιο παραλληλεπίπεδο τραπέζι.

Το τραπέζι είναι στρωμένο με το λευκό μακρύ τραπεζομάντηλο.

Η απόσταση ανάμεσα από τον στύλο και το τραπέζι θα πρέπει να είναι τόση ώστε να κινούνται με άνεση η [θέση♀] και η [θέση♂].

Στο κέντρο του τραπεζιού ευρίσκεται το βαθύ στρογγυλό υάλινο διαφανές δοχείο εντός του οποίου υπάρχει ικανή ποσότητα ύδατος, χωρίς να είναι επικίνδυνο να χυθεί στην μεταφορά του.

Έμπροσθεν του διαφανούς δοχείου ευρίσκεται το άγαλμα της Πανσελήνου και έμπροσθεν του η φεγγαρόπετρα.

Το αργυρόχρωμο εργαλείο μεταφοράς ύδατος τοποθετείται δεξιά (δεξιό χέρι θεάς Σελήνης) του υάλινου σκεύους.

Το λευκό κερί μεταφοράς τοποθετείται δεξιά (δεξιό χέρι θεάς Σελήνης) του αργυρόχρωμου εργαλείου μεταφοράς.

⁷ Εναλλακτικά όπου ο χώρος επιτρέπει την αρτιότερη εκτέλεση του τελετουργικού.

⁸ Προσοχή:

Στην εναλλακτική της εκτέλεσης του τελετουργικού χωρίς την ύπαρξη κεριού έμπροσθεν του αγάλματος ή της φωτογραφίας της Σελήνης, επί του στύλου τοποθετείται το υάλινο δοχείο, το οποίο προορίζεται για το κέντρο του τραπεζιού.

Σε αυτήν την εναλλακτική το άγαλμα της Πανσελήνου ευρίσκεται στο κέντρο του τραπεζιού και έμπροσθεν του η φεγγαρόπετρα.

Το διαπασών τοποθετείται δεξιότερα από το λευκό κερι μεταφοράς.

Ο αργυρού χρώματος κηροσβέστης τοποθετείται αριστερά (αριστερό χέρι Σελήνης) του υάλινου σκεύους.

Στην αριστερή πλευρά του τραπεζιού (αριστερό χέρι θεάς Σελήνης) ευρίσκονται η ράβδος και ο δεύτερος στύλος.

Καρέκλες, όσοι οι συμμετέχοντες, είναι τοποθετημένες σε ημικόκλιο με μέτωπο το τραπέζι.

Η πρώτη καρέκλα είναι τοποθετημένη σε απόσταση περίπου 2 μέτρων από το τραπέζι.

Δύο επιπλέον καρέκλες της [θέσης♀] και της [θέσης♂] ευρίσκονται σε σημείο πολύ διακριτικό.

Πριν την έλευση των συμμετεχόντων η αίθουσα είναι άδεια και ανάβει μόνο το κεντρικό κερι.

Πολύ ήρεμη και ήσυχη μουσική #1 πληροί την ατμόσφαιρα.

Ταξιθεσία

Η [θέση♂] ανοίγει την μουσική #1, υποδέχεται τους συμμετέχοντες στην είσοδο της αίθουσας και τους ταξιθετεί στις καρέκλες.

Η [θέση♀] ίσταται στο κέντρο εμπροσθεν του τραπεζιού κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

Όταν έχουν καθίσει όλοι οι συμμετέχοντες η [θέση♀] και η [θέση♂] οδεύουν στις πλαϊνές πλευρές του τραπεζιού.

Η [θέση♀] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο δεξιό χέρι της θεότητας και η [θέση♂] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο αριστερό χέρι της θεότητας.

Αμφότερες ίστανται.

Μουσικές

Μουσική #1

Πολύ ήρεμη, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #2

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #3

Κινητοποίησης διάρκειας περίπου 30''.

Μουσική #4

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 30''.

Μουσική #5

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #6

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 3'.

Μουσική #7

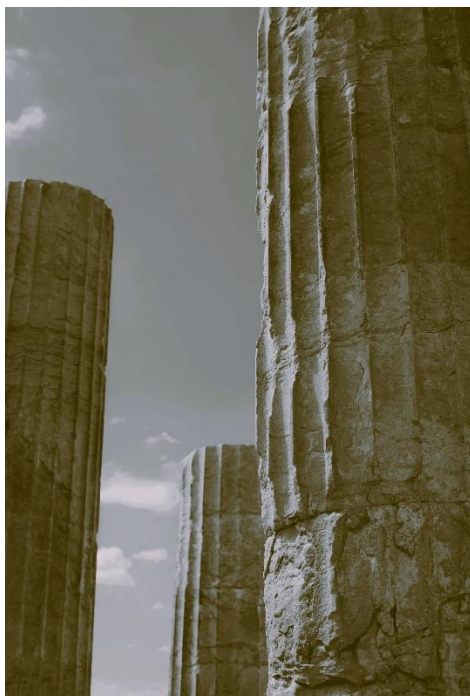
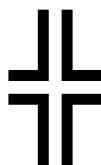
Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 3'.

Μουσική #8

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #9

Χαλάρωσης, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.



Δράσεις Τελετουργικού

Όλες οι κινήσεις εκτελούνται σε ευθεία γραμμή και όλες οι περιστροφές (εκτός εξαιρέσεων) εκτελούνται πάντα δεξιόστροφα.

Η [θέση♂] σταματά την μουσική #1.

[θέση♀]

Στόχος του τελετουργικού είναι να φορτίσουμε δυναμικά τον ψυχισμό μας, ώστε να τον βιώσουμε όσο το δυνατόν εντονότερα.

Η θεά Σελήνη είναι αδερφή του Ήλιου, ο οποίος την φωτίζει αιώνια λόγω της αδελφότητάς τους, και της Ηούς, δηλαδή της Αυγής.

Το όνομα της προέρχεται από την λέξη 'σέλας' και σημαίνει φωτεινή και λαμπερή.

[θέση♂]

Είναι σημαντικό να έχουμε πάντα στο μυαλό μας ότι κανένα συναίσθημα είναι απόλυτα θετικό ή απόλυτα αρνητικό.

Όλα τα συναισθήματα είναι χρήσιμες ενέργειες, οι οποίες μας βοηθούν να ζούμε.

Σημασία έχει ο τρόπος με τον οποίο τα εκδηλώνουμε τα συναισθήματα, δηλαδή εάν τα εκδηλώνουμε συνειδητά ενήλικά ή ασυνείδητα παιδικά.

Δεν χρειάζεται να νοιώθουμε τύψεις ή ενοχές για το οποιοδήποτε συνειδητό ή ασυνείδητο συναίσθημα μας.

Η Φύση τα δημιουργήσε για να μας βοηθήσει να ζούμε σε αρμονία μαζί της.

Εάν κάποιο συναίσθημα δεν ήταν χρήσιμο η Φύση δεν θα το είχε δημιουργήσει ή θα το είχε εξαλείψει σύμφωνα με τον βασικό της νόμο ότι 'οτιδήποτε δεν είναι χρήσιμο στα πλαίσια της Φύσης, η ίδια η Φύση το εξαλείφει'.

[θέση♀]

Κτυπά ρυθμικά τρεις (3) φορές το διαπασών.

[θέση♂]

Κτυπά δυναμικά τρεις (3) φορές την ράβδο στο έδαφος κρατώντας την με το δεξιο χέρι.

[θέση♀]

Σκοπός του τελετουργικού είναι να δονηθεί ο ψυχισμός μας δυναμικά και δυνατά.

[θέση♂]

Εις την δόξα της αρμονίας και της διάφανης αγνότητας με τις οποίες καλούμαστε να συντονιστούμε.

Πολύ Μικρή Παύση

[θέση♀]

Λαμβάνει την φεγγαρόπετρα και οδεύει σε απόσταση 1-2 μέτρων έμπροσθεν του τραπέζιού, στο μέσον του.

Περιστρέφεται ώστε να έχει μέτωπο προς την θεά Σελήνη.

Κρατάει την φεγγαρόπετρα ανάμεσα στις παλάμες της, εκτείνει τα χέρια της δείχνοντας την πέτρα στην θεά και επικαλείται την θεά Σελήνη.

Άκουσε με, θεά βασίλισσα, σεβαστή Σελήνη,
εσύ η οποία φέρεις το φως,
εσύ η οποία τρέχεις την νύκτα και περιπλανάσαι εις τον αέρα,
νυκτερινή η οποία φέρεις δάδα,
κόρη η οποία είσαι ένας λαμπρός αστέρας,
εσύ η οποία λάμπεις με τρεις τρόπους,
εσύ η οποία μεγαλώνεις και λιγοστεύεις,
θηλυκή και αρσενική
λαμπερή μητέρα του χρόνου,
εσύ η οποία επιβλέπεις τους τοκετούς,
εσύ η οποία βλέπεις τα πάντα και σου αρέσει να είσαι άγρουπνη,
εσένα την οποία συνοδεύουν ωραία αστέρια,
εσύ η οποία χαίρεσαι στην ησυχία και στην νύχτα την καλότυχη,
εσύ η οποία είσαι το καμάρι της νύχτας,
Είσαι η βασίλισσα των άστρων, φορείς μακρό πέπλο και τρέχεις
κυκλοτερώς,
ώ πάνσοφη κόρη έλα με χαρά και σώσε τους νέους ικέτες σου.

[θέση♀]

Οδεύει και βάζει την πέτρα στο δοχείο με το ύδωρ όπου και αν αυτό ευρίσκεται.

Επιστρέφει στην θέση στην οποία βρισκόταν και ίσταται με μέτωπο προς τους συμμετέχοντες.

Μουσική #2

[θέση♀] και η [θέση♂]

Ας μας περιβάλλει η ενέργεια της θεάς Σελήνης.

Η [θέση♀] οδεύει έμπροσθεν του καιόμενου κεριού⁹ και ίσταται κοιτάζοντας τους συμμετέχοντες.

Λαμβάνει το κεριό μεταφοράς, στρέφεται προς την θεά, ανάβει το κεριό από το κεριό της θεάς, στρέφεται προς τους συμμετέχοντες, σβήνει το κεριό¹⁰ μεταφοράς στο ύδωρ του δοχείου και αφήνει το κεριό μεταφοράς στην θέση του.

Η [θέση♂] λαμβάνει τον στύλο, τον μεταφέρει στο κέντρο της αίθουσας και επιστρέφει έμπροσθεν του τραπέζιου κοιτάζοντας την [θέση♀].

Η [θέση♀] λαμβάνει ένα αργυρό δοχείο, τοποθετεί εντός του ύδωρ από το υάλινο δοχείο με το εργαλείο μεταφοράς και το δίδει στην [θέση♂].

Η [θέση♂] οδεύει σε ευθεία γραμμή στον πρώτο συμμετέχοντα από την πλευρά του δεξιού χεριού της θεότητας, του παραδίδει το αργυρό δοχείο και επιστρέφει σε ευθεία γραμμή στην θέση που κατείχε αριστερά της [θέσης♀].

Η [θέση♀] γεμίζει ένα επόμενο δοχείο το οποίο παραδίδει στην [θέση♂].

Η [θέση♂] οδεύει σε ευθεία γραμμή στον δεξιά ευρισκόμενο του προηγούμενου συμμετέχοντα, του παραδίδει το δοχείο και επιστρέφει σε ευθεία γραμμή στην θέση αριστερά της [θέσης♀].

Η ίδια διαδικασία επαναλαμβάνεται έως ότου παραλάβει δοχείο και ο τελευταίος συμμετέχων.

Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία των συμμετεχόντων, η [θέση♂] λαμβάνει, με την ίδια διαδικασία, ένα δοχείο από την [θέση♀], οδεύει τόσα βήματα όπισθεν του στύλου, έτσι ώστε να υπάρχει χώρος να δημιουργηθεί κύκλος από όλους τους συμμετέχοντες, κοιτάζοντας την [θέση♀] και ίσταται.

Η [θέση♀] λαμβάνει ένα αργυρό δοχείο, το πληροί με την ίδια διαδικασία και το αφήνει στο τραπέζι.

Λαμβάνει το υάλινο δοχείο με το ύδωρ και την φεγγαρόπετρα και το τοποθετεί στον στύλο στο κέντρο της αιθούσης.

Επιστρέφει στο τραπέζι, λαμβάνει το αργυρό δοχείο και οδεύει διαμετρικά, με κέντρο τον στύλο, της [θέσης♂], κοιτώντας την [θέση♂].

⁹ Εάν υπάρχει.

¹⁰ Εάν δεν υπάρχει, περιστρέφεται λαμβάνει το δοχείο ύδατος από τον στύλο και το τοποθετεί στο τραπέζι.

Πολύ Μικρή Παύση

[θέση♀]

Εγερθείτε άπαντες.

Άπαντες εκτελούν την εντολή.

[θέση♀]

Ας σχηματίσουμε κύκλο αφήνοντας απόσταση ενός βήματος μεταξύ μας.

Όταν ο κύκλος είναι σχηματισμένος άπαντες είναι στραμμένοι προς τον στύλο (κέντρο του κύκλου).

[θέση♀]

Με την επόμενη τελετουργική κίνηση θα συντονίσουμε τον ψυχισμό μας με τις ενέργειες της θεάς Σελήνης.

Θα εκτελέσουμε τρεις (3) αριστερόστροφες περιστροφές περίξ του εαυτού μας, έτσι ώστε να μας περιβάλλει το ενεργοποιημένο ύδωρ της θεάς Σελήνης. Κατά την διάρκεια κάθε περιστροφής θα επικαλούμαστε την αρμονία.

Παρακαλώ παρακολουθήστε την XXXXXX ([θέση♂] – αναφέρει το μικρό της όνομα) και εμένα για να δείτε την κίνηση.

Η [θέση♀] και η [θέση♂] εκτελούν αριστερόστροφα την κίνηση και την απαγγελία με τον ορθό τρόπο.

Περιστρέφονται αριστερόστροφα 90° και σταματούν λέγοντας την λέξη 'αρμονία', οπότε η φώνηση θα γίνει 4 φορές.

[θέση♀]

Ας επικαλεστούμε την αρμονία.

Μουσική #3

Άπαντες περιστρέφονται (αριστερόστροφα) αργά τρεις φορές κάνοντας τέσσερεις στάσεις σε κάθε φορά.

Στο τέλος κάθε περιστροφής παραμένουν επ' ολίγον κοιτάζοντας το κέντρο του κύκλου.

Άπαντες

Αρμονία.

Μουσική #4

[θέση♀]

Ας επιστρέψουμε στις θέσεις μας και ας καθίσουμε.

Μουσική #5

Οι συμμετέχοντες κάθονται κρατώντας το δοχείο εμπροσθεν τους.

Ταυτόχρονα η [θέση♀] και η [θέση♂] οδεύουν εμπροσθεν του τραπέζιου και ίστανται με την [θέση♀] στο δεξί χέρι της θεάς Σελήνης και την [θέση♂] στο αριστερό χέρι της θεότητας.

Όταν όλοι οι συμμετέχοντες είναι καθισμένοι η [θέση♀] οδεύει πίσω από το τραπέζι, ίσταται εμπροσθεν του αναμμένου κεριού¹¹ κοιτώντας τους συμμετέχοντες και αφήνει το αργυρό της δοχείο.

Η [θέση♂] στρέφεται προς την [θέση♀] και της δίδει το αργυρό δοχείο, το οποίο η [θέση♀] το αφήνει στο τραπέζι.

Η [θέση♂] οδεύει στον στύλο, λαμβάνει το υάλινο δοχείο, το μεταφέρει στο τραπέζι από την πλευρά της θέσης της και το δίδει στην [θέση♀], το οποίο η [θέση♀] το αφήνει στο τραπέζι στην θέση όπου ευρισκόταν.

Η [θέση♀] ρίχνει το ύδωρ των δύο αργυρών δοχείων ([θέσης♂] και δικό της), τα οποία ευρίσκονται στο τραπέζι και τα αποθέτει στο σημείο στο οποίο ευρίσκονταν στην αρχή του τελετουργικού.

Η [θέση♂] οδεύει σε ευθεία γραμμή στον συμμετέχοντα στον οποίο έδωσε το τελευταίο αργυρό δοχείο με ύδωρ (πλευρά αριστερού χεριού θεάς Σελήνης), λαμβάνει το δοχείο του και επιστρέφει στην θέση της δίπλα από την [θέση♀].

Η [θέση♂] δίδει το δοχείο στην [θέση♀], οδεύει σε ευθεία γραμμή στον συμμετέχοντα ο οποίος κάθεται αριστερά του προηγούμενου συμμετέχοντα, επιστρέφει στην θέση του δίπλα από την [θέση♀], δίδει το δοχείο στην [θέση♀], η [θέση♀] το αδειάζει στο δοχείο του ύδατος το οποίο ευρίσκεται στο κέντρο του τραπέζιου και αφήνει το δοχείο στο σημείο στο οποίο βρισκόταν στην αρχή του τελετουργικού.

¹¹ Εάν υπάρχει. Εάν δεν υπάρχει εμπροσθεν του στύλου.

Η ίδια διαδικασία επαναλαμβάνεται έως ότου παραλάβει και το δοχείο του συμμετέχοντα ο οποίος έλαβε πρώτος το αργυρό δοχείο (πλευρά δεξιού χεριού θεάς Σελήνης).

Όταν ολοκληρωθεί η διαδικασία των συμμετεχόντων, η [θέση♂] οδεύει όπισθεν του τραπέζιου και ίσταται αριστερά της [θέσης♀] κοιτώντας τους συμμετέχοντες.

Μουσική #6

Η [θέση♀] και η [θέση♂] οδεύουν στο σημείο όπου ευρίσκονται οι καρέκλες οι οποίες είναι προγραμματισμένες για αυτές, οδεύουν έμπροσθεν του τραπέζιου, τοποθετούν τις καρέκλες (έμπροσθεν του τραπέζιου) με τρόπο ώστε όταν κάθονται να κοιτούν τους συμμετέχοντες, με την [θέση♂] στο αριστερό χέρι της θεάς Σελήνης και την [θέση♀] στο δεξιό χέρι της θεάς Σελήνης και κάθονται.

Μουσική #7

[θέση♀]

Η όλη διαδικασία φόρτισε τον ψυχισμό μας από το ύδωρ της Σελήνης.

[θέση♂]

Θα ήθελε να μοιραστεί κάποιος κάτι μαζί μας;

Απαντες

Συζήτηση.

[θέση♀]

Ας πάρουμε μερικές βαθιές αναπνοές και ας χαλαρώσουμε.

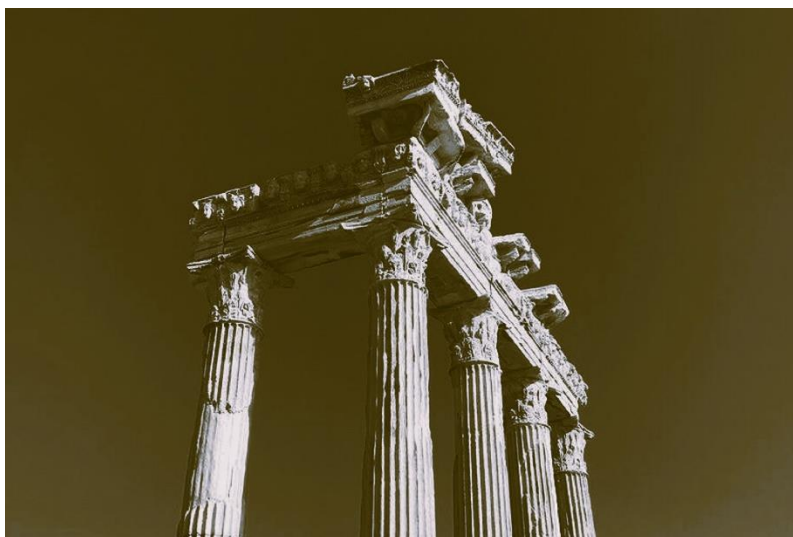
Μουσική #8

[θέση♀]

Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας. Τώρα μπορείτε να εξέλθετε της αιθούσης.

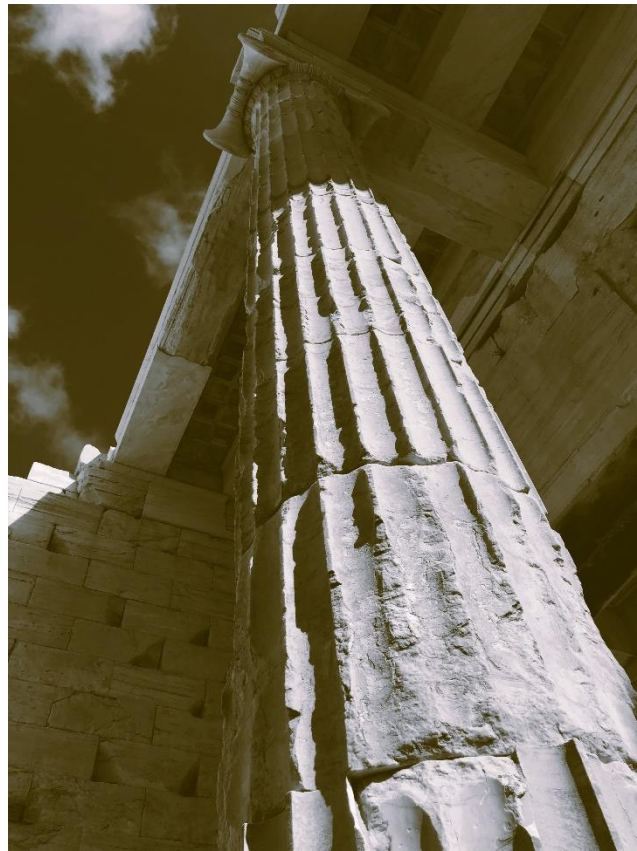
Μουσική #9

Άπαντες οδεύουν εκτός της αιθούσης εκτός από την [θέση♀] και την [θέση♂] οι οποίοι παραμένουν για να σβήσουν το κερι¹² με τον κηροσβέστη και να ταξιθετήσουν τα τελετουργικά αντικείμενα.



¹² Εάν υπάρχει.

Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Τελετουργικό Αφροδίτης

Στόχος: Βίωση Φροντίδας

Απαιτούμενα Αντικείμενα

Ολόσωμο άγαλμα Αφροδίτης ύψους περίπου 50cm. Εναλλακτικά ολόσωμη φωτογραφία της Αφροδίτης διαστάσεων περίπου 30X60cm.

Στύλος επί του οποίου τοποθετείται το άγαλμα ή τρίποδο επί του οποίου τοποθετείται η φωτογραφία.

Στρώματα κατάλληλα για να ξαπλώσουν οι συμμετέχοντες.

Κουβέρτες βαμβακερές για να σκεπαστούν οι συμμετέχοντες.

Μαξιλάρια βαμβακερά λευκά, ευμεγέθη και πολύ μαλακά για να τα αγκαλιάσουν οι συμμετέχοντες.

Καρέκλες.

Σύστημα παραγωγής μουσικής με τηλεχειριστήριο το οποίο χειρίζεται η [θέση♂].

Διάταξη Αίθουσας

Στο μέσον του ενός τοίχου της αιθούσης¹³, πάνω στον στύλο τοποθετείται το άγαλμα της θεάς. Εάν επιλεγθεί η εναλλακτική της φωτογραφίας, αυτή τοποθετείται σε έναν τρίποδο. Η φωτογραφία θα πρέπει να είναι όσο είναι εφικτό κάθετη.

Οι καρέκλες, όσες οι συμμετέχοντες, είναι τοποθετημένες στους τοίχους (εκτός από αυτόν στον οποίο ευρίσκεται το άγαλμα ή η φωτογραφία της θεάς Αφροδίτης) σε σχήμα Π.

Έμπροσθεν του αγάλματος ή της φωτογραφίας της Αφροδίτης ευρίσκονται οι δύο καρέκλες της [θέσης♀] και της [θέσης♂].

Η πρώτη καρέκλα του Π είναι τοποθετημένη σε απόσταση περίπου 2 μέτρων από τις καρέκλες της [θέσης♀] και της [θέσης♂].

¹³ Εναλλακτικά όπου ο χώρος επιτρέπει την αρτιότερη εκτέλεση του τελετουργικού.

Τα στρώματα στα οποία θα ξαπλώσουν οι συμμετέχοντες είναι ταξιθετημένα στον χώρο πίσω από τις καρέκλες.
Στον ίδιο χώρο ευρίσκονται οι κουβέρτες και τα μαξιλάρια.

Πολύ ήρεμη και ήσυχη μουσική #1 πληροί την ατμόσφαιρα.

Ταξιθεσία

Η [θέση♂] ανοίγει την μουσική #1, υποδέχεται τους συμμετέχοντες στην είσοδο της αίθουσας και τους ταξιθετεί στις καρέκλες.

Η [θέση♀] ίσταται στο κέντρο του χώρου των καρεκλών και βοηθά στην ταξιθεσία των συμμετεχόντων.

Όταν έχουν καθίσει όλοι οι συμμετέχοντες η [θέση♀] και η [θέση♂] κάθονται στις καρέκλες τους.

Η [θέση♀] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο δεξιό χέρι της θεότητας και η [θέση♂] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο αριστερό χέρι της θεότητας.

Μουσικές

Μουσική #1

Πολύ ήρεμη, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #2

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #3

Κινητοποίησης διάρκειας περίπου 3'.

Μουσική #4

Χαλάρωσης – ήρεμη και ήσυχη – μεγάλης διάρκειας ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #5

Κινητοποίησης διάρκειας περίπου 5'.

Μουσική #6

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #7

Χαλάρωσης, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Δράσεις Τελετουργικού

Η [θέση♂] σταματά την μουσική #1.

[θέση♀]

Στόχος μας είναι να προσφέρουμε φροντίδα και τρυφερότητα στον εαυτό μας.

[θέση♂]

Είναι σημαντικό για όλους μας, αφενός να κατέχουμε την δυνατότητα αφετέρου να γνωρίζουμε τον τρόπο, ώστε να δίδουμε φροντίδα και τρυφερότητα, τόσο στον εαυτό μας όσο και σε όποιο άλλο άτομο επιθυμούμε.

Όταν είμαστε νεογέννητα ή παιδιά την φροντίδα μας την προσφέρουν οι γονείς, όμως στην ενήλικη μας ζωή έχουμε την δυνατότητα να δώσουμε μόνοι μας φροντίδα στον εαυτό μας.

Θα ήθελε να ρωτήσει κάποιος κάτι;

Μουσική #2

[θέση♀]

Εγείρεται και περιστρέφεται δεξιόστροφα έμπροσθεν της καρέκλας της, ώστε να έχει μέτωπο προς την Αφροδίτη.

Εκτείνει τα χέρια της σε στάση αγκαλιάς προς την θεά και επικαλείται την Αφροδίτη.

Ω Ουράνια, πολυύμνητη, σεβαστή γενέτειρα θεά, χαμογελαστή Αφροδίτη, εσύ η οποία είσαι θαλασσογέννητη,

Ω μητέρα των ερώτων,

εσύ η οποία έξευξες τους ανθρώπους στα αχαλίνωτα πάθη, αλλά και των ζώων το πολυάριθμο γένος υπέταξες στα ερωτομανή θέλγητρα,

Ω μητέρα της Ανάγκης, απόκρυφη, σκηπτροφόρα, φωτεινή,

εσύ η οποία είσαι νυφική σύνδειπνη των θεών και προσφέρεις χαρά,

μυνώ εσέ, ω μακαρία, για να προσέλθεις με πρόσωπο γλυκό.

[θέση♀]

Περιστρέφεται δεξιόστροφα έμπροσθεν της καρέκλας της ώστε να έχει μέτωπο προς τους συμμετέχοντες και κάθεται.

[θέση♀]

Πάρτε μία – δύο βαθιές αναπνοές και ας χαλαρώσουμε.

Μουσική #3

[θέση♂]

Σηκωθείτε, πάρτε από ένα στρώμα, μία κουβέρτα και ένα μαξιλάρι, τοποθετήστε τα όπου θέλετε και ξαπλώστε.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την κίνηση.

Μουσική #4

[θέση♀]

Κλείστε τα μάτια σας και ξεκινήστε να αναπνέετε βαθιά.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση♀]

Ξεκινήστε να εκπνέετε λέγοντας ‘μαμά’.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση♀]

Συνεχίστε να λέτε ‘μαμά’ ήρεμα και χαλαρά με βεβαιότητα ότι σας ακούει και ότι θα έλθει να σας φροντίσει.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση♀]

Τώρα, συνεχίζοντας να λέτε ‘μαμά’ ήρεμα και χαλαρά με βεβαιότητα ότι σας ακούει και ότι θα έλθει να σας φροντίσει, σκεπαστείτε με την κουβέρτα φροντίζοντας να είναι σκεπασμένο όλο το σώμα σας εκτός από το κεφάλι.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση♀]

Συνεχίστε να λέτε ‘μαμά’ ήρεμα και χαλαρά.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση♀]

Τώρα, στραφείτε στο πλάι, από όποια πλευρά θέλετε.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση♀]

Συνεχίστε να λέτε ‘μαμά’ ήρεμα και χαλαρά με βεβαιότητα ότι σας ακούει και ότι θα έλθει να σας φροντίσει.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση♀]

Συνεχίζοντας να λέτε ‘μαμά’ ήρεμα, πιάστε το μαξιλάρι και αγκαλιάστε το. Φροντίστε όταν έχει ολοκληρωθεί η κίνηση να είστε σκεπασμένοι σε όλο το σώμα εκτός από το κεφάλι.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση ♀]

Συνεχίστε να λέτε 'μαμά' ήρεμα και χαλαρά με βεβαιότητα ότι σας ακούει και ότι θα έλθει να σας φροντίσει, σφίγγοντας το μαξιλάρι όσο δυνατά θέλετε. Ούτε λιγότερο, ούτε περισσότερο σφικτά.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Μεγάλη Παύση.

[θέση ♀]

Σταματήστε να λέτε 'μαμά', σταδιακά σταματήστε να σφίγγετε το μαξιλάρι και ξεκινήστε να αναπνέετε με τον δικό σας ρυθμό.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Αρκετά Μεγάλη Παύση.

[θέση ♀]

Στραφείτε ύπτια.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Αρκετά Μεγάλη Παύση.

[θέση ♀]

Λυγίστε τα πόδια σας ώστε τα πέλματα σας να πατούν σταθερά στο στρώμα.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Παύση.

[θέση ♀]

Βάλτε δύναμη στα πέλματα σας ανασηκώνοντας την λεκάνη σας, αφήστε το μαξιλάρι δίπλα σας και ανοίξτε τα μάτια σας.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Μεγάλη Παύση.

Η [θέση ♂] μετά την παύση σταματάει την μουσική #4.

[θέση♂]

Σιγά – σιγά και χωρίς να βιάζεστε καθόλου, σηκωθείτε και καθίστε στις θέσεις σας, αφήνοντας τα στρώματα, τις κουβέρτες και τα μαξιλάρια στο πάτωμα όπως είναι. Θα σας ζητήσουμε να τα ταξιθετήσετε στο τέλος του τελετουργικού.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την κίνηση.

Μουσική #5

[θέση♂]

Ποιος θα ήθελε να μοιραστεί μαζί μας το βίωμα του;

Συζήτηση.

[θέση♀]

Ας πάρουμε μία – δύο βαθιές αναπνοές και ας χαλαρώσουμε.

Μουσική #6

Η [θέση♀] από την θέση της καθήμενη.

[θέση♀]

Παρακαλώ σηκωθείτε και εν σιγή τοποθετήστε τα στρώματα, τις κουβέρτες και τα μαξιλάρια στο σημείο από το οποίο τα πήρατε.

Στην συνέχεια μπορείτε να εξέλθετε ήσυχα της αιθούσης.

Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας.

Καθώς οι συμμετέχοντες εκτελούν την κίνηση η [θέση♂] ανοίγει την μουσική.

Μουσική #7

Άπαντες οδεύουν εκτός της αιθούσης εκτός από την [θέση♀] και την [θέση♂] οι οποίες παραμένουν για να ταξιθετήσουν τα τελετουργικά αντικείμενα.



Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Τελετουργικό Αρτέμιδος

Στόχος: Αναγέννηση

Απαιτούμενα Αντικείμενα

Ολόσωμο άγαλμα της Αρτέμιδος ύψους περίπου 50cm. Εναλλακτικά ολόσωμη φωτογραφία της θεάς διαστάσεων περίπου 30X60cm.

Στύλος επί του οποίου τοποθετείται το άγαλμα ή τρίποδο επί του οποίου τοποθετείται η φωτογραφία.

Στρώματα κατάλληλα για να ξαπλώσουν οι συμμετέχοντες.

Καρέκλες.

Σύστημα παραγωγής μουσικής με τηλεχειριστήριο το οποίο χειρίζεται η [θέση♂].

Διάταξη Αίθουσας

Στο μέσον του ενός τοίχου της αιθούσης¹⁴, πάνω στον στύλο του τοποθετείται το άγαλμα της Αρτέμιδος. Εάν επιλεγθεί η εναλλακτική της φωτογραφίας, αυτή τοποθετείται σε έναν τρίποδο. Η φωτογραφία θα πρέπει να είναι όσο είναι εφικτό κάθετη.

Οι καρέκλες, όσες οι συμμετέχοντες, είναι τοποθετημένες στους τοίχους (εκτός από αυτόν στον οποίο ευρίσκεται το άγαλμα ή η φωτογραφία της θεάς Αρτέμιδος) σε σχήμα Π.

Έμπροσθεν του αγάλματος ή της φωτογραφίας της Αρτέμιδος ευρίσκονται οι δύο καρέκλες της [θέσης♀] και της [θέσης♂].

Η πρώτη καρέκλα του Π είναι τοποθετημένη σε απόσταση περίπου 2 μέτρων από τις καρέκλες της [θέσης♀] και της [θέσης♂].

Τα στρώματα στα οποία θα ξαπλώσουν οι συμμετέχοντες είναι ταξιθετημένα στον χώρο πίσω από τις καρέκλες.

Πολύ ήρεμη και ήσυχη μουσική #1 πληροί την ατμόσφαιρα.

¹⁴ Εναλλακτικά όπου ο χώρος επιτρέπει την αρτιότερη εκτέλεση του τελετουργικού.

Ταξιθεσία

Η [θέση♂] ανοίγει την μουσική #1, υποδέχεται τους συμμετέχοντες στην είσοδο της αίθουσας και τους ταξιθετεί στις καρέκλες.

Η [θέση♀] ίσταται στο κέντρο του χώρου των καρεκλών και βοηθά στην ταξιθεσία των συμμετεχόντων.

Όταν έχουν καθίσει όλοι οι συμμετέχοντες η [θέση♀] και η [θέση♂] κάθονται στις καρέκλες τους.

Η [θέση♀] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο δεξιό χέρι της θεότητας και η [θέση♂] στην πλευρά η οποία ευρίσκεται στο αριστερό χέρι της θεότητας.

Μουσικές

Μουσική #1

Πολύ ήρεμη, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #2

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #3

Κινητοποίησης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #4

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 5'.

Μουσική #5

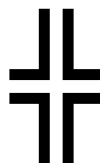
Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 3'.

Μουσική #6

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 1'.

Μουσική #7

Χαλάρωσης, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.



Δράσεις Τελετουργικού

Η [θέση♂] σταματά την μουσική #1.

[θέση♀]

Στόχος μας είναι να συνειδητοποιήσουμε πλευρές του ψυχισμού μας οι οποίες μας φορτίζουν ασυνείδητα διαρκώς και διαταράσσουν την Πνευματική μας εξέλιξη.

[θέση♂]

Σημαντικό συστατικό της ψυχοδομής μας είναι τα βιώματα μας, τόσο κατά την διάρκεια της κήσης μας όσο και της γέννα μας.
Θα προσπαθήσουμε τώρα να κάνουμε μία επανορθωτική εμπειρίας αυτής της ψυχικής μας καταγραφής.

Μουσική #2

[θέση♀]

**Εγείρεται και περιστρέφεται δεξιόστροφα έμπροσθεν της καρέκλας της, ώστε να έχει μέτωπο προς την Αρτέμιδα.
Εκτείνει τα χέρια της σε στάση αγκαλιάς προς την θεά και επικαλείται την Προθυραία Αρτέμιδα.**

Ω πολυσέβαστη θεά,
εσύ η οποία είσαι βοηθός στα κοιλοπονήματα και με γλυκύτητα περιβάλεις τις λεχώνες,
εσύ η οποία επιταχύνεις τον τοκετό και αγαπάς τα παιδιά,
εσύ η οποία χαίρεσαι όταν ο τόκετος είναι εύκολος και γρήγορος,
εσέ την οποία προσκαλούν οι λεχώνες για ανακούφιση της ψυχής των,
εσύ η οποία προσέρχεσαι βοηθός των ανθρώπων στις λύπες τους ως Προθυραία (ως προστάτης της θύρας του σπιτιού),
Ω Άρτεμις, άκουσε με μακάρια και διάσωζε καθώς είσαι πάντοτε η σωτηρία όλων.

[θέση♀]

Περιστρέφεται δεξιόστροφα έμπροσθεν της καρέκλας της ώστε να έχει μέτωπο προς τους συμμετέχοντες και κάθεται.

[θέση♀]

Πάρτε βαθιές αναπνοές γεμίζοντας όλον τον θώρακα και χαλαρώστε όσο το δυνατόν περισσότερο.

Μουσική #3

[θέση ♀]

Σηκωθείτε από τις καρέκλες σας, πάρτε από στρώμα και τοποθετήστε το σε όποιο σημείο του χώρου θέλετε.

Φροντίστε ώστε το δίπλα σας στρώμα από την πλευρά του κεφαλιού σας, όταν ξαπλώσετε, να απέχει τουλάχιστον 2 μέτρα.

Στην συνέχεια ξαπλώστε στο στρώμα σας.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την κίνηση.

[θέση ♀]

Λυγίστε τα γόνατα σας έτσι ώστε τα πέλματα σας να πατάνε γερά στο στρώμα.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την κίνηση.

[θέση ♀]

Ξεκινήστε να αναπνέετε βαθιά.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

[θέση ♀]

Ξεκινήστε να εκπνέετε φωνάζοντας το όνομα σας.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

[θέση ♀]

Φωνάξτε το όνομα σας όσο πιο δυνατά μπορείτε.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

[θέση ♀]

Τώρα, συνεχίζοντας να φωνάζετε δυνατά το όνομα σας, πιέστε τα πέλματα σας στο στρώμα και, μόνο με την δύναμη των ποδιών σας, σπρώξτε το σώμα σας ώστε να βγει εντελώς έξω από το στρώμα.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την κίνηση.

[θέση ♀]

Σπρώξτε δυνατά μόνο με τα πόδια σας χωρίς να υποβοηθείστε από τα χέρια σας.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

[θέση ♀]

Συνεχίστε να σπρώχνετε και να φωνάζετε δυνατά το όνομα σας.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Όταν συμμετέχοντες έχουν εξέλθει του στρώματος τους.

[θέση ♀]

Συνεχίστε να φωνάζετε το όνομα σας χαμηλώνοντας σταδιακά την ένταση της φωνής σας έως ότου το λέτε ψιθυριστά.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

[θέση ♀]

Σταματήστε να λέτε το όνομα σας, αναπνέετε κανονικά και χαλαρώστε.

Οι συμμετέχοντες εκτελούν την εντολή.

Μουσική #4

[θέση ♂]

Παρακαλώ σιγά – σιγά και χωρίς να βιάζεστε καθόλου σηκωθείτε και καθίστε στις θέσεις σας.

Μουσική #5

[θέση♂]

Ποιος θα ήθελε να μοιραστεί μαζί μας το βίωμα του;

Συζήτηση.

[θέση♀]

Ας πάρουμε μία – δύο βαθιές αναπνοές και ας χαλαρώσουμε.

Μουσική #6

Η [θέση♀] από την θέση της καθήμενη.

[θέση♀]

Παρακαλώ σηκωθείτε και εν σιγή τοποθετήστε τα στρώματα στο σημείο από το οποίο τα πήρατε.

Στην συνέχεια μπορείτε να εξέλθετε ήσυχα της αιθούσης.

Ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας.

Καθώς οι συμμετέχοντες εκτελούν την κίνηση η [θέση♂] ανοίγει την μουσική.

Μουσική #7

Άπαντες οδεύουν εκτός της αιθούσης εκτός από την [θέση♀] και την [θέση♂] οι οποίες παραμένουν για να ταξιθετήσουν τα τελετουργικά αντικείμενα.



Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας



Τελετουργικό Διός - Γανυμήδη

Στόχος: Γνωριμία

Απαιτούμενα Αντικείμενα

Ολόσωμη φωτογραφία αρπαγής του Γανυμήδη από τον Δία διαστάσεων 30X60.

Τρίποδο επί του οποίου τοποθετείται η φωτογραφία.

Σύστημα παραγωγής μουσικής με τηλεχειριστήριο το οποίο χειρίζεται η [θέση♀].

Καρέκλες.

Διάταξη Αίθουσας

Στο μέσον του ενός τοίχου της αιθούσης, πάνω στον τρίποδα, είναι τοποθετημένη η ολόσωμη φωτογραφία των Διός-Γανυμήδη. Η φωτογραφία θα πρέπει να είναι όσο είναι εφικτό κάθετη.

Καρέκλες είναι συμμετρικά τοποθετημένες στους τέσσερις τοίχους. Η σειρά των καρεκλών του τοίχου στον οποίο ευρίσκεται η φωτογραφία ευρίσκεται εμπροσθεν της φωτογραφίας των Διός-Γανυμήδη.

Οι δύο πρώτες καρέκλες εμπροσθεν της φωτογραφίας είναι της [θέσης♀] και της [θέσης♂].

Πριν την έλευση των συμμετεχόντων η αίθουσα είναι άδεια.

Πολύ ήρεμη και ήσυχη μουσική #1 πληροί την ατμόσφαιρα.

Ταξιθεσία

Η [θέση♀] ανοίγει την μουσική #1, υποδέχεται τους συμμετέχοντες στην είσοδο της αίθουσας και τους ταξιθετεί στις καρέκλες.

Η [θέση♂] ίσταται στο κέντρο των καρεκλών και βοηθά στην ταξιθεσία των συμμετεχόντων.

Όταν έχουν καθίσει όλοι οι συμμετέχοντες η [θέση♀] και η [θέση♂] κάθονται στις καρέκλες τους.

Η [θέση♀] στην καρέκλα η οποία ευρίσκεται στο δεξιό χέρι της θεότητας και η [θέση♂] στην καρέκλα η οποία ευρίσκεται στο αριστερό χέρι της θεότητας.

Μουσικές

Μουσική #1

Πολύ ήρεμη, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #2

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 3'.

Μουσική #3

Πολύ ήρεμη, μεγάλης Διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.

Μουσική #4

Χαλάρωσης διάρκειας περίπου 3'.

Μουσική #5

Χαλάρωσης, μεγάλης διάρκειας, ώστε να διαρκέσει σε όλη την διαδικασία.



Δράσεις Τελετουργικού

Η [θέση♀] σταματά την μουσική #1.

[θέση♂]

Η αυτογνωσία είναι ο σκοπός μας, οπότε, με βάση την αποδοχή, είναι σημαντικό να αναγνωρίζουμε τον εαυτό μας όπως πραγματικά αυτός είναι και όχι όπως φανταζόμαστε ότι είναι.

Επίσης, να τολμάμε αφενός να φορτίζεται συναισθηματικά ο ψυχισμός μας με όποια συναισθήματα κινητοποιούνται σε κάθε φάση της ζωής μας και αφετέρου να εκδηλώνουμε τα κινητοποιημένα συναισθήματα με ενήλικο πάντα τρόπο.

Η επιβεβαίωση της αποδοχής του εαυτού μας είναι η πλήρης αποδοχή των άλλων και όχι απλά η ανοχή τους, όπως ακριβώς αυτοί είναι. Αυτό πρακτικά σημαίνει ότι αναγνωρίζουμε και ως δική μας κάθε ψυχική πλευρά την οποία βλέπουμε στους άλλους.

[θέση♀]

Στόχος του τελετουργικού είναι να τολμήσουμε να αντικρίσουμε, τόσο τον εαυτό μας όσο και τους άλλους, όπως πραγματικά είναι.

Επίσης, να συνειδητοποιήσουμε την δυσκολία να αποδεχθούμε τους άλλους όπως αυτοί είναι.

Σκοπός του τελετουργικού δεν είναι να αποδεχθούμε τον εαυτό μας και τους άλλους, αλλά να συνειδητοποιήσουμε την δυσκολία αυτής της προοπτικής.

[θέση♂]

Ο μύθος του Γανυμήδη συμβολικά αναφέρει ότι όταν έχουμε πραγματικά ανοιχτή την ψυχή μας, αυτή λάμπει από ομορφιά και τότε εξυψωνόμαστε.

Ο Γανυμήδης, όπως αναφέρει ο Όμηρος, είναι ο ωραιότερος των θνητών και για αυτό απήχθη από τον Δία, ώστε να γίνει οινόχοος των θεών.

Ο Γανυμήδης είναι θνητός, δηλαδή ένας κοινός άνθρωπος, όπως είμαστε όλοι μας.

[θέση♀]

Αγνή – αρμονική ψυχή είναι αυτή η οποία εκφράζεται και εκδηλώνεται ενήλικα όπως είναι, δηλαδή χωρίς φραγμούς, αναστολές και άμυνες.

Μουσική #2

[θέση♂]

Εγείρεται και περιστρέφεται δεξιόστροφα έμπροσθεν της καρέκλας της, ώστε να έχει μέτωπο προς τον Δία. Εκτείνει τα χέρια της σε στάση αγκαλιάς προς τον θεό και επικαλείται τον Δία.

Ω αθάνατε και πολυτιμημένε Ζευ, ‘εδώ και τώρα’ εμείς σου απευθύνουμε αυτήν την απολυτρωτική ομολογία,
εσύ ο οποίος έχεις το σκήπτρο και εμφανίζεσαι εν μέσω βροντών και αστραπών,
εσύ ο οποίος γέννησες τα πάντα,
εσύ ο οποίος είσαι η αρχή και το τέλος των πάντων,
εσύ ο οποίος σείεις την Γη και συντελείς εις την αύξηση των πάντων,
εσύ ο οποίος εξαγνίζεις και εξουσιάζεις τα πάντα,
εσύ ο οποίος αστράφτεις, βροντάς και ρίχνεις κεραυνούς,
άκουσε μας ποικιλόμορφε και δώσε μας άριστη υγεία και εσωτερική Ειρήνη.

[θέση♂]

Περιστρέφεται δεξιόστροφα έμπροσθεν της καρέκλας της ώστε να έχει μέτωπο προς τους συμμετέχοντες και κάθεται.

[θέση♀]

Πάρτε μία – δύο βαθιές αναπνοές και χαλαρώστε.

[θέση♂]

Τώρα θα έλθουμε σε επαφή, τόσο με το ‘εδώ και τώρα’ όσο και με τους άλλους γύρω μας, ώστε να ισχυροποιήσουμε την γειωμένη επαφή μας με το έσω και έξω περιβάλλον μας.

[θέση♀]

Θα σηκωθούμε και θα ξεκινήσουμε να περιφερόμαστε στον χώρο παρατηρώντας με προσοχή από την μία τα αντικείμενα τα οποία υπάρχουν και από την άλλη θα εστιάζουμε στα μάτια των άλλων συμμετεχόντων στο τελετουργικό.

Κάθε φορά που θα συναντάμε τον οποιοδήποτε περιφερόμενο θα σταματάμε μπροστά του, σε όποια απόσταση νοιώθουμε άνετα, θα τον κοιτάμε στα μάτια για 5” και στην συνέχεια, συνεχίζοντας να έχουμε βλεμματική επαφή, θα λέμε δυνατά και ταυτόχρονα την λέξη ‘αποδοχή’.

Στην συνέχεια θα συνεχίσουμε την περιφορά μας στην αίθουσα και θα επαναλάβουμε την ίδια διαδικασία με κάποιον άλλον περιφερόμενο έως ότου συναντήσουμε όλους τους συμμετέχοντες.

Τα μάτια είναι η θύρα της ψυχής.

[θέση♂]

Εγερθείτε και παραμείνετε έμπροσθεν των καρκελών σας.

Απαντες εγείρονται.

[θέση♂]

Τώρα ξεκινήστε όλοι μαζί.

Μουσική #3

Απαντες (και η [θέση♀] και η [θέση♂]) εκτελούν την Δράση.

Καλό θα ήταν να κάνουν όλοι με όλους βλεμματική επαφή. Όμως, εάν κυλά ο χρόνος και αυτό δεν έχει συμβεί (κάνει κοιλιά το τελετουργικό), η [θέση♂] το σταματά ήρεμα.

[θέση♂]

Σταδιακά σταματήστε να περιφέρεστε στην αίθουσα και με την ησυχία σας και τον ρυθμό σας καθίστε στις θέσεις σας.

Απαντες κάθονται.

[θέση♀] και η [θέση♂]

Πάρτε βαθιές αναπνοές και εκπνεύστε από το στόμα με ήχο. Όσο πιο δυνατό ήχο τόσο καλύτερα.

Απαντες (και η [θέση♀] και η [θέση♂]) εκτελούν την Δράση.

[θέση♂]

Πώς ήταν για εσάς η εμπειρία της Επαφής;

[θέση♀]

Εάν κάποιος δεν θέλει να μιλήσει μπορεί να εκφραστεί με παντομίμα ή με μία σωματική απλή κίνηση.

Η [θέση♀] και η [θέση♂] συντονίζουν την ροή έως ότου ολοκληρωθούν οι Εκφράσεις όσων επιθυμούν να μιλήσουν.

[θέση♂]

Σας ευχαριστούμε για την εμπιστοσύνη σας και την κατάθεση ψυχής την οποία μας εκμυστηρευτήκατε.

[θέση♀]

Ας χαλαρώσουμε.

Με κλειστά ή ανοικτά μάτια πάρτε βαθιές αναπνοές και νοιώστε το σώμα σας να χαλαρώνει.

Μουσική #4

[θέση♀]

Τώρα μπορούμε να ολοκληρώσουμε την διεργασία μας και να εξέλθουμε της αιθούσης.

[θέση♂]

Σας ευχαριστούμε για την συμμετοχή σας.

Μουσική #5

Άπαντες οδεύουν εκτός της αιθούσης εκτός από την [θέση♀] και την [θέση♂] οι οποίες παραμένουν για να ταξιθετήσουν τα τελετουργικά αντικείμενα.



Αρμονική Γένεσις
Επτά αρχαιοελληνικά τελετουργικά συνδεδεμένα με δρώμενα & διαλογισμούς αυτογνωσίας





Πάνος Μαβιτζής
Ψυχοθεραπευτής
Διευθυντής Εργαστηρίου 'Ψυχοθεατρολογία'
Επιστημονικός Διευθυντής Κέντρου 'Αρμονική Γένεσις'

Βιογραφικό Σημείωμα

- ◆ **τ. Αντιπρόεδρος ΕΕΨΕ (Ελληνικό παράρτημα της European Association of Psychotherapy).**
- ◆ **τ. Αντιπρόεδρος ΠΕΣΩΨ (Ελληνικό παράρτημα της European Association for Body Psychotherapy).**
- ◆ **Τίτλος Επόπτη. Reich Centre / S.I.A.R..**
- ◆ **τ. Καθηγητής Φυσιολογίας. Reich Centre (E.I.N.A.).**
- ◆ **Master στην μέθοδο Gestalt. Reich Centre / E.G.I..**
- ◆ **Master στην Γλώσσα του Σώματος. Reich Centre / S.I.R.T.O..**
- ◆ **Εκπαίδευση στην Ψυχοθεραπεία στο Reich Centre (E.I.N.A.).**
- ◆ **Ειδίκευση στην Γενική Χειρουργική. Αντικαρκινικό Πειραιώς 'Μεταξά'.**
- ◆ **Ειδίκευση στην Χειρουργική και Παθολογία Στόματος. Τμήμα Χειρουργικής και Παθολογίας Πανεπιστημίου Αθηνών.**
- ◆ **Μεταπτυχιακή εκπαίδευση στην Παθολογία Στόματος. Οδοντιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών.**
- ◆ **Εκπαιδευτής στην Παθολογία Στόματος. Κλινική Στοματολογίας Οδοντιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών.**
- ◆ **Πτυχίο Οδοντιατρικής. Οδοντιατρική Σχολή Πανεπιστημίου Αθηνών.**
- ◆ **Συγγραφέας του βιβλίου 'Άνω Θρώσκω'.**
- ◆ **Δημιουργός Εργαστηρίου 'Άνθρωπος Ανδρόγυνος'.**

Αρχαία Ελληνική Ενεργητική Δυναμοποίηση Αυτογνωσίας

Αρμονική Γένεσις

Η αυτογνωσία, δηλαδή η ένωση του ασυνείδητου με το συνειδητό, αποτελεί πεδίο δραστηριοποίησης πολλών γνωσιακών κατευθύνσεων. Με στόχο την αύξηση του επιπέδου συνειδητότητας ενασχολούνται, τόσο οι μυστηριακές σχολές όσο και διάφορες επιστήμες όπως είναι η ψυχοθεραπεία, η ιατρική και η αστροφυσική.

Ειδικότερα, αφενός οι ψυχοθεραπευτές, αφετέρου οι εσωτερικοί καθοδηγητές, καλούνται να δώσουν, ο καθένας από την σκοπιά του, βαρύτητα στην δημιουργία του ολοκληρωμένου ανθρώπου. Οι πρώτοι διότι μόνο έτσι ο αναλυόμενος τους θα βιώνει, τόσο τον εσωτερικό του (ψυχικό) κόσμο όσο και τον περιβάλλοντα του (κόσμο), όπως πραγματικά είναι και όχι μέσω των ψυχικών του προβολών, ενώ οι δεύτεροι διότι μόνο μέσω αυτής της επίτευξης ο καθοδηγούμενος τους θα δύναται να διαχωρίζει τα πραγματικά πνευματικά βιώματα από τις προβολικές εκδηλώσεις των ψυχικών του πλευρών.

Ο συνδυασμός διαφορετικών μεθόδων οι οποίες έχουν ως στόχο την επέκταση της συνειδητότητας, είναι πάντα περισσότερο εποικοδομητικός από την άκαμπτη θέση της κατοχής της αποκλειστικής αλήθειας, με δεδομένο ότι σημαντικό είναι το αποτέλεσμα, δηλαδή η αύξηση της ατομικής και συλλογικής γνώσης.

Στο παρόν εγχείρημα εκπτύσσονται επτά πρωτόλεια τελετουργικά δρώμενα τα οποία προέρχονται από συνδυασμό ψυχοθεραπευτικών και μυστηριακών μεθόδων. Σκοπός των τελετουργικών είναι η συσώρευση της ενέργειας του πυθαγορείου στοιχείου του αιθέρος (οργάνη κατά τον Wilhelm Reich – ιονισμένη ελεύθερη ενέργεια κατά την αστροφυσική), ώστε να διευκολυνθεί το έργο της αυτογνωσίας. Μπορούν να χρησιμοποιηθούν, είτε από ψυχοθεραπευτές με στόχο την ενεργειακή φόρτιση της ομάδας την οποία οδηγούν, είτε από εσωτερικές σχολές με στόχο την ψυχική διερεύνηση των μελών τους. Είναι σημαντικό να αναφερθεί με σαφήνεια ότι τα τελετουργικά δεν εμπεριέχουν θρησκευτικές παραμέτρους και ότι οι αρχαίοι Έλληνες θεοί εκλαμβάνονται ως αρχέτυπα, δηλαδή ως δονήσεις, πάνω στις οποίες δομήθηκε και λειτουργεί το σύμπαν, όπως διδάσκει και ο Πλάτων στο έργο του 'Τίμαιος' στο οποίο αναφέρεται διεξοδικά σε αυτήν την θεωρία..

Αθήνα 2024

Πάνος Μαβιτζής

