

## ΑΥΤΟΓΝΩΣΙΑ ΚΑΙ ΕΤΕΡΟΓΝΩΣΙΑ (Μέρος Α')

Η αυτογνωσία θεωρήθηκε πάντοτε για κάθε άνθρωπο ως ένα πρόβλημα πολύπλοκο, δυσνόητο και σχεδόν άλυτο!! Ο μέγας φιλόσοφος Πυθαγόρας (580-500 π.Χ.) πρώτος καθιέρωσε την **αυτογνωσία**, ως βασική αρχή, επί της οποίας στηρίξε το **μυσταγωγικό και μορφωτικό πρόγραμμα της Σχολής του**. Με την **αυτογνωσία οδεύουμε με ασφάλεια προς το καθήκον και την ατομική και συλλογική ευτυχία και την κοινωνική ευημερία**. Εντούτοις, οι πολλοί άνθρωποι αδιαφορούν ή κρίνουν επιπόλαια τον εαυτό τους. Μόνον οι βαθυστόχαστοι και εμπνευσμένοι διανοητές επιδίδονται σε μια ειλικρινή ενδοσκόπηση και κατορθώνουν να αποκαλύψουν τις εσωτερικές πτυχές του Εγώ τους. Απλούστατα γιατί και η πιο απλοποιημένη αυτογνωσία είναι υπερβολικά δύσκολη!

Η διάνοια δεν επαρκεί να συλλάβει την ουσία του Εγώ, να διεισδύσει στις πιο βαθιές πτυχές του συνόλου του Είναι μας. Εάν η γνώση για κάθε αισθητό είναι στην πραγματικότητα ελλιπής, ακόμη ελλιπέστερη γίνεται η **ενδοσκόπηση κάθε ανθρώπινης προσωπικότητας**. Ουσιαστικά η πλήρης κατανόηση της είναι αδύνατη. Το ανθρώπινο Εγώ έχει ρίζες που βυθίζονται στο παρελθόν σε άγνωστο διάστημα, ενώ και οι εκ της ζωής εμπειρίες παραμένουν διαρκώς και σε απροσδιόριστο μέλλον.

Εντούτοις, το αδύνατο σχεδόν, της τέλει γνώσης και το ακατόρθωτο της ολοκληρωμένης αποκάλυψης της αλήθειας δεν εμποδίζει τον άνθρωπο, που είναι προικισμένος με καλλιεργημένο νου να αναζητήσει και ν' αποκαλύπτει την όση γνώση δύναται να αποκτήσει για τον Εαυτό του. Πιθανότατα η καλύτερη μέθοδος είναι να διευκρινιστεί η **αυτογνωσία ολιστικά**: ιστορικά, φιλοσοφικά, ψυχολογικά και πρακτικά (με θετική προαίρεση πράξης του ηθικού).

Ακόμη και ο πρωτόγονος άνθρωπος ασκούσε ένα είδος αυτοκριτικής σε κάθε είδος επιτυχίας και αποτυχίας του. Μετά παρέλευση χιλιάδων ετών βελτίωσης της ανθρώπινης ύπαρξης προβλήθηκε ως καθολικό αίτημα για κάθε συνετό, ευφυή και μορφωμένο άτομο η άσκηση της αυτογνωσίας με το γνωστότατο «**γνώθι σαυτόν**». Το περίφημο αυτό ρητό, που συνιστά **ψήγμα πνευματικού χρυσού**, απευθύνεται προπαντός προς τον **λογικό άνθρωπο**.

Πρώτος, κατά την παράδοση **Χείλων** Δαμαγήτου ο Λακεδαιμόνιος, ένας από τους επτά Σοφούς πρόσφερε στο Μαντείο των Δελφών την γνώμη «Γνώθι σαυτόν». Τούτο μιμήθηκαν και άλλοι σοφοί και εκατοντάδες ρητών, που εκφράζονταν συνήθως με δύο λέξεις, δωρίσθηκαν στους Δελφούς. Έτσι, διασώθηκαν και φωτίζουν την ανθρώπινη νόηση αιώνια τα **147 περίφημα Δελφικά Παραγγέλματα!** Κατά τον Πλάτωνα τα πρώτα Παραγγέλματα ήταν το «Γνώθι σαυτόν» του Χείλωνος και το «Μηδέν άγαν» του Σόλωνος. Κατά τον σοφό μύστη **Πλούταρχο** τον Χαιρωνέα, ιερέα και επόπτη του Δελφικού ιερού, το Γνώθι σαυτόν» προήρχετο από τον θεό Απόλλωνα και ήταν γραμμένο σε πολλά σημεία του Ναού (κίονες, παραστάδες, μετόπες, προπύλαια κ.ο.κ).

Το «γνώθι σαυτόν» προβάλλεται στους Δελφούς ως **ο πρωταρχικός όρος αυτοενδοσκόπησης, αυτοκάθαρσης, προσπάθειας πνευματικής ανόδου και ηθικής τελειοποίησης**. Όποιος, δηλαδή, πήγαινε τότε στους Δελφούς δια μαντεία αναγκαζόταν να αναγνώσει στα προπύλαια αυτό το ρητό, έτσι και εκείνος που επιθυμεί την καλύτερευση του Εγώ του οφείλει να αρχίζει από την **αυτογνωσία**. Κοντολογίς, έλεγε τότε συμβολικά δια των Ιερέων του ο Απόλλωνας: «Άνθρωπε, πριν εισέλθεις στο άδυτο και ζητήσεις απάντηση στο ερώτημά σου, γνώρισε πρώτα τον εαυτό σου. Μελέτησέ τον και προσπάθησε να αποκαλύψεις τα πλεονεκτήματα και μειονεκτήματά σου, τις τάσεις, τις ορμές, τις κλίσεις, τις έξεις, τις επιθυμίες, τις δυνατότητές σου. **Γνώρισε το Είναι σου, τότε μόνον θα σε ωφελήσει ο χρησμός μας, δηλαδή η πρόγνωση του μέλλοντός σου**».

Ακριβώς τα ίδια πρέπει να ακούει ενδομύχως ψυθυριζόμενα, όποιος βυθίζεται ενδόμυχα σε στοχασμούς και διατελεί σε συνθήκες ιδιάζουσας, ψυχολογικής ανάτασης. Αλλά τί είναι τελικά το Εγώ!!! Είναι δυνατή αυτογνωσία; Ο Χείλων όταν ρωτήθηκε απάντησε: «**Τί το πιο χαλεπό από το να γνωρίσεις τον εαυτό σου**»; Τούτο ακριβώς γιατί η **φιλαυτία** (η αγάπη για τον εαυτό μας) προβάλλει εμπόδια μεταξύ του «Εγώ μας» και στην κρίση μας. Ήτοι η φιλαυτία συσκοτίζει την κρίση μας, όπως άλλωστε κατά άριστο τρόπο διατύπωσε ο Αίσωπος με το γνωστότατο μύθο: «έκαστος δύο πήρας (σάκουσ) φέρει. Η μία μπροστά του για να βάζει τα αλλότρια και την άλλη πίσω στην πλάτη του για να βάζει τα δικά του ελαττώματα», τα οποία φυσικά δε θέλει να δει!!!

Το «**τριμερές του Εγώ**» πρώτος δίδαξε ο **Θαλής ο Μιλήσιος**, όταν ρωτήθηκε «ποιος είναι ο ευδαίμων;» απάντησε: «ευδαίμων, δηλ. ευτυχής είναι εκείνος, που είναι υγιής σωματικά, στην ψυχή εύπορος (ευκολοπροσάρμοστος, γαλήνιος) και έχει το έμφυτο χάρισμα και ικανότητα για μάθηση». **Σώμα, ψυχή και νουν (πνεύμα)** δίδαξε και ο μέγιστος των φιλοσόφων **Πλάτωνας**. Η ψυχή για να εκδηλώσει στο υλικό πεδίο τις θείες ιδιότητές της έχει την ανάγκη του Νου (πνεύματος) και ο νους για να κατανοήσει, τούτέστιν να μετατρέψει τα ερεθίσματα που συλλαμβάνει σε γνώσεις, έχει ανάγκη σώματος. Η άποψη αυτή του Πλάτωνα ισχύει στα κύρια σημεία μέχρι τώρα. Δηλαδή το σώμα είναι το αισθητικό μέρος και έχει σχέση με την υλική εκδήλωση της ζωής, καθόσον τρέφεται και συντηρείται με υλικά αγαθά. Η ψυχή συνιστά τον πυρήνα του Εγώ και τρέφεται με το αγαθό και το δίκαιο. Η ψυχή καθοδηγεί το Εγώ στην γήινη παρουσία του ανθρώπου προς μια προοδευτική καλύτερευση.

Το πνεύμα εκδηλώνεται δια του νου. Η ψυχή και το πνεύμα εκφράζουν την ηθικότητα και τη λογικότητα, που συνιστούν τα μέγιστα προνόμια που κοσμούν μόνο τον Άνθρωπο ως ύπατο γήινο ον. Ο νους είναι αποδέκτης όλων των ερεθισμάτων που διαβιβάζονται από όλες τις αισθήσεις. Τα ελέγχει, τα ταξινομεί και τα μετατρέπει σε αισθήματα, σε αντιλήψεις, παραστάσεις, γνώσεις, μάθηση, επιστήμη και Σοφία. Δηλαδή στην ανώτατη δυνατή κατάκτηση, η οποία εκδηλώνεται με την ψυχική αρετή και αγάπη. Ο νους αναρριπίζεται και τρέφεται με την περισυλλογή και τον στοχασμό.

Το σώμα αποτελεί το υλικό φορτίο και εξαναγκάζει το Εγώ να ζει και να κινείται στο χώρο και το χρόνο. Πλεονέκτημά του είναι η υγεία, η οποία διαπιστώνεται από την αρτιμέλεια, την ευεξία, την αγωνιστική διάθεση και την ανθεκτικότητα σε στιδήποτε, που μπορεί να το διαταράξει.

Το πνεύμα, το οποίο εκδηλώνεται ως μέγα προσόν συνιστά η ευφυΐα. Η ευφυΐα αποτελεί σύνθετη ιδιότητα και ικανότητα που εκφράζεται με την οξύτητα της αντίληψης, με την αγχίνοια, την κριτική ευστοχία, την ισχυρή μνήμη, την αναλυτική και συνθετική δεινότητα της φαντασίας, με την ταχύτητα της σκέψης, με τη διεισδυτικότητα του νου στην ουσία των Όντων. Η έλλειψη τούτων συνιστά νοητικό ελάττωμα και ανωριμότητα πνευματική. Η εκδήλωση σε ανώτατο βαθμό είναι εξαιρετο προνόμιο των ιδιοφυών και μεγαλοφυών.

Της ψυχής προτέρημα είναι, με την αγαθοεργό συμπαράσταση του πνεύματος, το λεπτότατο έργο της διανόησης, ήτοι αναδύονται όλες οι ευγενείς αρετές: η αγαθή βούληση και προαίρεση, η ηθικότητα, η αγνότητα, η τάση προς τελειοποίηση ακόμη και η ανάταση προς το θείον, η αγιότητα.

**Ψυχή και πνεύμα πρέπει να ηγεμονεύουν του σώματος δια του νου.** Ο νους δια των αισθητηρίων οργάνων του σώματος συλλέγει πληροφορίες που αφορούν στον έσω και έξω του Εγώ κόσμο, τις οποίες παροχετεύει δια «κραδασμών» στη διανόηση για επεξεργασία των γνώσεων με σκοπό μια βαθύτερη κατανόηση.

Μάλιστα γίνεται και περαιτέρω αναζήτηση της ουσίας των όντων! Με αισθήσεις λεπτότερες, τελειότερες, που δύσκολα εξηγούνται: διόραση, διαίσθηση, τηλεπάθεια κ.ο.κ. Ήτοι το Εγώ περιβλημένο από τη ψυχή φωτίζεται από το πνεύμα συντονίζεται και αποδίδει ανάλογα την «σφραγίδα δωρεάς» που ανήκει σε κάθε ανθρώπινο ον. Τότε συντελείται η όλη καλλιέργεια και η εμπειρία που αποκτιέται σε όλη τη ζωή.

#### **Σύνθεση αντιθέσεων**

Γένεση και φθορά, ζωή και θάνατος, φως και σκοτάδι. Την υγεία του σώματος ακολουθεί, η ασθένεια, τη νεανική ακμή και σφριγηλότητα ακολουθεί η γεροντική παρακμή και ατονία. Την ευφυΐα, την παιδείυση η αμάθεια, την ηθικότητα η ανηθικότητα, την αρετή η κακία... Γενικά τα πάντα βρίσκονται σε αντιπαλότητα και εναλλαγή των αντιθέτων. Ο μέγας αυτός δημιουργικός νόμος εφαρμόζεται πιστά σε όλα τα μέρη του Εγώ μας!! Τα μέρη του Εγώ αντιμάχονται: Το κακό και το αγαθό, το ελάττωμα και το προτέρημα, η ικανότητα και η ανικανότητα, η δραστηριότητα και η αδράνεια, η νευρικότητα και η νηφαλιότητα, η θεληματικότητα και η αβουλία, για να αρκεστούμε σε μερικές αντιθέσεις. Η αυτογνωσία καλείται να επιλύσει ένα λεπτό και δυσκολότατο έργο! Να ερευνηθούν και να αποκαλυφθούν, οι λεπτότατες αντιθέσεις που ενυπάρχουν μέσα μας και να καθοριστεί ο βαθμός που εκδηλώνεται η καθεμιά. Οι αντιθέσεις βασανίζουν το κάθε ανθρώπινο ον σε όλα τα βήματα της ζωής του. Από την συνολική υπερεκτίμηση του Εγώ μας προκύπτει η εγωπάθεια, η υπεροψία, η αλαζονεία, η θρασύτητα, ο αυταρχισμός, η σκληρότητα και άλλα πολλά ελαττώματα,

που συσκοτίζουν ή εμποδίζουν τη διαύγεια της αυτογνωσίας, οδηγούν σε πάθη και βλάπτουν το ίδιο το Εγώ και τους άλλους φυσικά.

Η ορθή εκτίμηση της αξίας του Εγώ από μέρος του εαυτού μας οδηγεί προς την **αυτογνωσία, από την οποία αναδύονται η αυτοπεποίθηση, το θάρρος, η νηφαλιότητα, η ανοχή, το φιλελεύθερο και ενάρετο πνεύμα.**

Η υποτίμηση της αυταξίας μάς προκαλεί το συναίσθημα της μειονεξίας, τη δειλία, το άγχος, την αγωνία, τη δουλοφροσύνη, την παράλυση της δραστηριότητας, την εξουθένωση του Εγώ μας.

Η υπερβολή και η υποτίμηση προκαλούν έντονα πάθη, όπως: τη θρασύτητα, τη μισαλλοδοξία, τη μωροδοξία, τη δεισιδαιμονία, τη ζήλεια, το φθόνο, το μίσος τη συκοφαντία, την αδικία, την αρπακτικότητα, τη βαναυσότητα, την εγκληματικότητα...

Αυτά και άλλα βασανιστικά του Εγώ πάθη **καλείται κάθε καλοπροαίρετος άνθρωπος να καταστείλει και να παρεμποδίζει την εκδήλωσή τους και ως επιθυμία ακόμη.**

Πρέπει να προηγηθεί το δύσκολο τούτο κατόρθωμα για να μπορέσει, χωρίς φιλαυτία, αλλά με ειλικρινή και διαυγή κρίση, να γνωρίσει τις ικανότητές του (σωματικές, ψυχικές, πνευματικές), να τις αξιοποιήσει στον ανώτερο δυνατό βαθμό, προς δική του ωφέλεια αλλά και της ανθρωπότητας, Αυτός είναι ο **υψηλότερος στόχος** στη γήινη διέλευση κάθε Ανθρώπου...

**Αποτιμήσεις:** Το «Εγώ» στην περιορισμένη σημασία του, όταν δηλαδή αυτοτελώς λαμβάνεται σε ένα περιορισμένο και πραγματικό Εγώ αναφέρεται η **αυτογνωσία.**

Επέκταση του Εγώ σε πρόσωπα ή πράγματα που βρίσκονται εκτός του προσωπικού Εγώ, όπως: το σπίτι μου, τα βιβλία μου, εκείνα που προσθέτουν στο πρόσωπο και δημιουργούν την παραίσθηση ότι όλα αυτά τα εκτός του προσωπικού μου Εγώ κείμενα αποτελούν ενιαίο και αναπόσπαστο του εαυτού μου τμήμα. Αυτή η επέκταση προς τα έξω του προσωπικού μου Εγώ προκαλεί σύγχυση μέχρι που φθάνει το Εγώ να συσκοτίζει την κρίση, εμποδίζει την αυτοκριτική, αποτρέπει τη σκέψη του να στραφεί προς τα έσω και αποτελεί πολύ ουσιαστικό εμπόδιο της προσπάθειας για αυτογνωσία. Την επέκταση αυτή θα ονομάζαμε, χάριν ευκρινείας: **«Έξω Εγώ».** Το «έξω Εγώ γεμίζει τη σκέψη και την ζωή των πολλών. Τόσο πολύ, ώστε να πιστεύουν ότι αυτό και μόνο είναι το Εγώ τους. Απορροφάει όλη τη δραστηριότητά τους και τη ζωτικότητα τους και οδηγεί σε πλήρη παραμέληση του προσωπικού κυρίως Εγώ, από πλευράς αυτομελέτης.

« Η ψυχή», λέγει ο Σίλλερ **«τόσο περισσότερο εκτείνεται μέσα της όσο περισσότερους περιορισμούς βρίσκει έξω της».** Ο μέγας αυτός Γερμανός ποιητής διέγνωσε την μέγιστη αυτή αλήθεια. Η μελέτη των εκτός του Εγώ οδηγεί προς την **ετερογνωσία** ενώ η μελέτη των εντός προς την **αυτογνωσία.**

**Συνέχεια στο ΜΕΡΟΣ Β΄**

Δημήτρης Μπάκας  
20 Σεπ. 2024