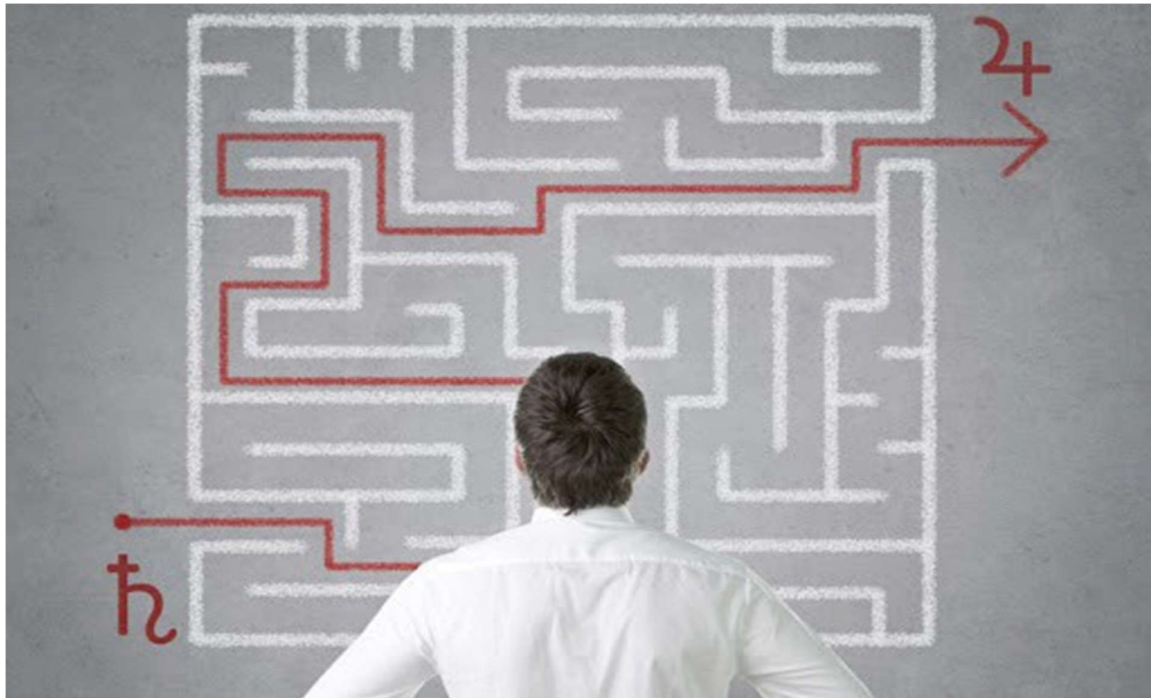


ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΚΑΙ ΑΣΤΡΟΛΟΓΙΑ



Στόχος αυτού του άρθρου είναι να παρουσιάσει κάποιες βασικές Δεξιότητες Συμβουλευτικής, οι οποίες μπορούν να φανούν εξαιρετικά χρήσιμες σε όλους τους τομείς της ανθρώπινης αλληλεπίδρασης. Ένας τέτοιος τομέας είναι και η Αστρολογία, η οποία αποτελεί σημαντικό εργαλείο **εξερεύνησης**, **ανακάλυψης** και **αποσαφήνισης** του χαρακτήρα. Παρέχει βαθύτερη γνώση των βασικών αναγκών, με σκοπό τη διεύρυνση και την κατανόηση του εαυτού, καθώς και τρόπους που οδηγούν σε μια ζωή πιο ικανοποιητική και δημιουργική.

-ΕΝΕΡΓΗΤΙΚΗ ΑΚΡΟΑΣΗ

Το να **ακούω ενεργά** κάποιον ίσως να φαντάζει εύκολο, αλλά δεν είναι. Τις περισσότερες φορές ακούμε παθητικά. Δηλαδή ακούμε σχεδόν τα μισά από αυτά που μας λένε, διότι είμαστε απορροφημένοι από τις σκέψεις μας. Όπως όταν διαβάζουμε ένα βιβλίο και δεν θυμόμαστε τι διαβάσαμε, διότι είμαστε αφηρημένοι. Βάζω ενέργεια στην ακρόαση μου, σημαίνει ότι ακούω κάτι πολύ καλά και προσεκτικά, χωρίς να παρεμβάλλονται δικές μου σκέψεις και χωρίς να αφαιρούμαι. Ο άνθρωπος έχει κάποιο **αίτημα** στο οποίο πρέπει να **εστιάσουμε** και να **διευκρινίσουμε** στον χάρτη του. Ακούγοντας ενεργά κάποιον, του παρέχουμε **ασφάλεια** και **εμπιστοσύνη**. Με αυτόν τον

τρόπο, του επιτρέπουμε να αφηθεί και να εκφραστεί ελεύθερα. Μας δίνει την δυνατότητα να ακούσουμε από πρώτο χέρι, τι βιώνει σε σχέση με τον χάρτη του. Οπότε τα υποθετικά σενάρια που κάνουμε σε σχέση με τις ενέργειες του χάρτη, φεύγουν από το προσκήνιο και την θέση τους παίρνει η πραγματικότητα. Το να ακούσουμε πρώτα αυτά που έχει να μας πει και μετά να τα αντιπαραβάλλουμε στον χάρτη του, μας δίνει την δυνατότητα να δούμε σε ποιο **εξελικτικό στάδιο** βρίσκεται σε σχέση με αυτόν. Θα πρέπει να **ακούσουμε προσεκτικά** για να **καταλάβουμε** τι μας ζητάει το συγκεκριμένο στάδιο. Ο άνθρωπος όταν έρχεται σε μας, προφανώς βιώνει ένα κρίσιμο στάδιο, το οποίο θα πρέπει να ακούσουμε **πώς το βιώνει** και το **αντιλαμβάνεται**. Ποια είναι η άποψή του για τις κρίσεις και τις δυσκολίες της ζωής του σε αυτή τη φάση σε σχέση με το αίτημα; Αν δώσουμε προτεραιότητα στο να δούμε τον χάρτη χωρίς πρώτα να ακούσουμε τον άνθρωπο, κινδυνεύουμε να ξεφύγουμε από το αίτημά του και να χαθούμε στην πληροφορία. Επίσης κινδυνεύουμε να βγάλουμε λάθος συμπεράσματα. Βοηθάει πολύ να μιλάμε λιγότερο και να ακούμε περισσότερο. Μιλώντας ακατάπαυστα κοιτώντας έναν χάρτη, μπλοκάρουμε την πληροφορία που χρειαζόμαστε για να κατανοήσουμε πώς βιώνει ο συγκεκριμένος άνθρωπος τον χάρτη του, στην παρούσα φάση της ζωής του.

-ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ

Οι ερωτήσεις αποτελούν σημαντικό εργαλείο διερεύνησης του χάρτη και της κατάστασης που βιώνεται εκείνη τη στιγμή. Υπάρχουν ερωτήσεις που απευθύνονται σε όλα τα επίπεδα της ανθρώπινης ύπαρξης (**πνευματικό-νοητικό-συναισθηματικό-σωματικό**). Ο τρόπος και η συχνότητα των ερωτήσεων παίζουν καθοριστικό ρόλο. Οι πολλές ερωτήσεις σε στιλ ανάκρισης καλό είναι να αποφεύγονται. Το **πότε** επίσης υποβάλουμε μια ερώτηση παίζει ρόλο. Η ερώτηση δεν πρέπει να είναι άκαιρη, θα πρέπει να σχετίζεται με το αίτημα, αλλιώς θα χαθούμε στη πληροφορία και αυτό μπορεί να προκαλέσει σύγχυση και σε εμάς και στον άνθρωπο. Θα πρέπει να ρωτάμε λιγότερο και να ακούμε περισσότερο. Η σωστή ερώτηση την κατάλληλη στιγμή μπορεί να τον βοηθήσει να ανακαλύψει σκέψεις, συναισθήματα και δράσεις που δεν είχε συνειδητοποιήσει ότι υπάρχουν. Και αυτό διότι οι σωστές ερωτήσεις, χαράζουν μια διαδρομή η οποία φτάνει στο βάθος των καταστάσεων. Υπάρχουν **Ανοιχτές** και **Κλειστές** ερωτήσεις. Οι κλειστές ερωτήσεις, αποσκοπούν σε μονολεκτικές απαντήσεις, ενώ οι ανοιχτές ερωτήσεις, αποσκοπούν σε εμπάθυνση και προκαλούν συζήτηση.

-ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ

Ο τρόπος που αλληλεπιδρούμε και αντιλαμβανόμαστε τον κόσμο, είναι υποκειμενικός. Ο καθένας από μας έχει ένα μοναδικό τρόπο να συλλέγει πληροφορίες, να τις επεξεργάζεται, να τις αφομοιώνει και να τις μεταδίδει. Με τον ίδιο τρόπο βιώνουμε τις καταστάσεις. Δηλαδή τις

επεξεργαζόμαστε στη νοητική-συναισθηματική σφαίρα και τις διαχειριζόμαστε. Το **πώς** βιώνει ένας άνθρωπος μια κατάσταση είναι πολύ **προσωπική υπόθεση**. Εάν πάρουμε π.χ. 10 άτομα και τα βάλουμε στην ίδια συνθήκη, δεν θα την βιώσει κανένας με τον ίδιο ακριβώς τρόπο. Το αντίκτυπο της συνθήκης, θα βιωθεί πολύ ξεχωριστά-μοναδικά από τον καθένα. Η ενσυναίσθηση **αποτελεί μια από τις δυσκολότερες δεξιότητες**, διότι σε καλεί να **βιώσεις** το βίωμα κάποιου άλλου. Να μπεις στα παπούτσια του, και όχι απλά να τα φορέσεις, αλλά να νιώσεις πώς είναι να φοράς αυτά τα παπούτσια. Ο άνθρωπος όταν περνάει μια δυσκολία, είναι σαν να κάθεται σε ένα δωμάτιο μόνος στο σκοτάδι, χωρίς να μπορεί να δει κάτι όμορφο μέσα σε αυτό. Αυτό που κάνουμε τις περισσότερες φορές, όχι με κακή πρόθεση, είναι να καθόμαστε στην πόρτα αυτού του δωματίου, χωρίς να μπαίνουμε μέσα, και να τον καλούμε να βγει και να έρθει στο δικό μας δωμάτιο, που είναι “τέλειο”, αφού πρώτα τον έχουμε κρίνει για το δωμάτιο που βρίσκεται. Για να συναισθανθούμε όμως τον άνθρωπο, θα πρέπει να μπούμε σε αυτό το δωμάτιο, να καθήσουμε στην καρέκλα του, να δούμε αυτά που βλέπει και να βιώσουμε το σκοτάδι του. Οπότε για να συναισθανθούμε τον άνθρωπο που μας συμβουλευέται θα πρέπει όχι μόνο να τον **ακούσουμε** αλλά και να **βιώσουμε** τον χάρτη του **μέσα από αυτόν**, χωρίς όμως να χαθούμε **μέσα σε αυτόν**. Δηλαδή **δεν ταυτιζόμαστε αλλά κατανοούμε**.

-ΑΠΟΔΟΧΗ

Η **άνευ όρων αποδοχή**, μας δίνει την δυνατότητα να κατανοήσουμε την προσωπικότητα του ανθρώπου, χωρίς να τον κρίνουμε και αντίστοιχα να του παρέχουμε την ανακούφιση ότι κατανοήθηκε. Ότι αναγνωρίστηκε η **μοναδικότητά** του και ότι δεν είναι μόνος σε αυτό που ζει. Υπάρχει κάποιος εκεί έξω, ο οποίος τον δέχεται όπως ακριβώς είναι και δείχνει πραγματικό ενδιαφέρον για αυτόν. Η αποδοχή όμως δεν έχει να κάνει μόνο με τα **προτερήματα** του ανθρώπου, αλλά και με τα **ελαττώματα**. Αυτό βέβαια δεν σημαίνει ότι συμφωνούμε σε όλα. Σημαίνει όμως ότι **δεχόμαστε ότι υπάρχει και κάτι άλλο**. Αποδέχομαι, σημαίνει σε δέχομαι ξέροντας ότι σε κάποια πράγματα μπορεί να μην συμφωνούμε, αλλά παρόλα αυτά, δέχομαι τα πιστεύω σου και τις αξίες σου, χωρίς να τις κρίνω και να προσπαθώ να τις αλλάξω. Αποδεχόμενοι την μοναδικότητα του άλλου, αυτόματα αποδεχόμαστε τον εαυτό μας, καθότι και αυτός αποτελεί μια μοναδικότητα. Αν δεν υπάρξει αποδοχή, ο άνθρωπος θα βρίσκεται σε κατάσταση άμυνας και δεν θα μπορεί να εκφραστεί, διότι θα φοβάται ότι θα κριθεί. **Η αποδοχή δείχνει υψηλό δείκτη προσωπικής ανάπτυξης του συμβούλου**. Μόνο ένας σύμβουλος που έχει αποδεχθεί και σέβεται τον εαυτό του, μπορεί να δείξει αποδοχή στον άλλον. Μόνο όταν αποδεχθούμε τον εαυτό μας έτσι όπως είναι, μπορούμε να αλλάξουμε. Η αποδοχή αποτελεί βασική ανάγκη του ανθρώπου και είναι κινητήριος δύναμη δημιουργίας και δράσης. Πιστεύοντας στον άνθρωπο, τον κάνουμε να πιστέψει στον εαυτό του και να αποδεχθεί τις δυσκολίες του ως κομμάτι της ζωής. Είναι δείκτης **ισοτιμίας** και

αλληλοσεβασμού στη σχέση και ο ανταγωνισμός και η κριτική θα πρέπει να απουσιάζουν. Η κριτική μπλοκάρει την δημιουργικότητα και την διάθεση για αλλαγή. Η Αστρολογία μπορεί να βοηθήσει πολύ εδώ, διότι μας επιτρέπει να δούμε ότι είμαστε αυτό που είμαστε δηλ. μια προσωπικότητα που περιλαμβάνει κάποιες πτυχές τις οποίες ήρθαμε για να αναπτύξουμε. **Ο χάρτης μας είναι αυτό που είναι.** Αποδεχόμενοι τον χάρτη μας βέβαια δεν σημαίνει ότι δεν αναλαμβάνουμε την **ευθύνη** που κουβαλάει, που κατ' επέκταση είναι η ευθύνη προς τον εαυτό μας. Αλλά αποδεχόμενοι τον χάρτη μας, μας δίνεται η δυνατότητα να τον διαχειριστούμε και να τον **αλλάξουμε.** Δηλαδή να τον **εξελιζόμαστε.** Με αυτό τον τρόπο αποδεχόμαστε την ίδια τη ζωή η οποία εκτός από ευκολίες έχει και δυσκολίες και αυτό είναι μια πραγματικότητα που πρέπει κάποια στιγμή να αποδεχτούμε.

Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΣΚΟΠΟΥ

Η αστρολογική-συμβουλευτική ανάλυση του χάρτη, θα πρέπει να παρέχει στον άνθρωπό **κάτι χρήσιμο** που θα πάρει μαζί του φεύγοντας. Όλοι οι χάρτες έχουν θετικές και αρνητικές ενέργειες. Ακόμη και ο πιο δύσκολος χάρτης έχει κάτι θετικό να δώσει. Αντίστοιχα, ο πιο εύκολος χάρτης έχει ένα βαθμό δυσκολίας. Είναι σαν το **Γιν-Γιανγκ.** Όταν ο άνθρωπος δυσκολεύεται θα πρέπει να του δώσουμε ένα **νόημα**, έναν **σκοπό** για να μπορεί να διαχειριστεί την δυσκολία του. Ο σκοπός αυτός δεν αναφέρεται απαραίτητα σε συγκεκριμένους τομείς της ζωής. Αναφέρεται όμως στο σημείο εκείνο του χάρτη, που δίνει θετική δυναμική στο τώρα του βιώματος του σε σχέση με το αίτημα.

Η ΠΟΛΥΠΛΟΚΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗΣ ΨΥΧΗΣ

Ο Αστρολογικός χάρτης αποτελεί μέγιστο εργαλείο **αυτογνωσίας.** Η αστρολογική ανάλυση, με την βοήθεια των συμβουλευτικών δεξιοτήτων, βοηθάει στην σταδιακή ανακάλυψη των ψυχικών στρωμάτων, με σκοπό την γνωριμία με τον εαυτό, την αποδοχή και την εξέλιξη του. Ο γενέθλιος χάρτης δεν είναι κάτι που διαβάζουμε απλά. Δεν είναι μια ιστορία που ακούμε παθητικά. Ο γενέθλιος χάρτης δουλεύεται. Εργαζόμαστε πάνω στον χάρτη. Δεν πρόκειται για μια στατική κυκλική δυναμική, αλλά για μια **σπειροειδή εξελικτική διαδικασία.** Όσο περισσότερο εργαζόμαστε πάνω στον χάρτη μας, τόσο πιο ευκολά κατανοούμε την κοσμική εξελικτική επιρροή των διελεύσεων πάνω σε αυτόν και διαχειριζόμαστε τις αντιδράσεις μας απέναντι σε αυτές. Δεν αντιλαμβανόμαστε την ζωή τιμωρητικά και μοιρολατρικά, αλλά **εξελικτικά** και **δημιουργικά.** Μας βοηθάει να αντιληφθούμε ότι οι δυσκολίες είναι κομμάτι της ζωής, όπως και οι ευκολίες, και

μαθαίνουμε να χρησιμοποιούμε τα εργαλεία που κατέχουμε στις δυσκολίες και να απολαμβάνουμε τις ευκολίες χωρίς να φοβόμαστε να ζήσουμε. Αναγνωρίζουμε ότι είμαστε άνθρωποι και όχι υπεράνθρωποι, κατανοώντας τις δυνάμεις και τις αδυναμίες μας, χωρίς να πιστεύουμε ότι μπορούμε να κάνουμε τα πάντα, βάζοντας μας σε κίνδυνο. Δεν προσπαθούμε να ελέγξουμε τα πάντα, γιατί κατανοούμε ότι κάποιες καταστάσεις δεν ελέγχονται και απλά συμβαίνουν. Αυτό που μπορούμε να ελέγξουμε είναι η δική μας στάση και αντιμετώπιση αυτών. Η Αστρολογία είναι ένα δώρο προσωπικής ανάπτυξης, που μας έχει δοθεί απλόχερα. Ας το αξιοποιήσουμε όσο καλύτερα μπορούμε μέσα σε αυτό το σύντομο πέρασμά μας από τη ζωή.

“Η Αστρολογία έχει εξασφαλισμένη την ανεπιφύλακτη αναγνώρισή της από την Ψυχολογία, επειδή η Αστρολογία αντιπροσωπεύει τη σύνοψη όλων των Ψυχολογικών Γνώσεων της Αρχαιότητας.”

Carl Jung -Ελβετός Ψυχίατρος και Ψυχαναλυτής

ΘΕΟΔΩΡΑ ΠΕΓΓΙΟΥ

Σύμβουλος Ψυχικής Υγείας -HND in Counselling & Psychology

Μέλος ΠΑ.ΣΥ.Φ.Α.