

Rudolf Steiner

ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ

GA 16 - GA 17 - GA 245



ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑ ΤΩΝ ΒΙΒΛΙΩΝ
“ΠΩΣ ΑΠΟΚΤΑΤΑΙ Η ΣΥΝΕΙΔΗΣΗ ΑΝΩΤΕΡΩΝ ΚΟΣΜΩΝ”
“ΘΕΟΣΟΦΙΑ” - “ΕΣΩΤΕΡΙΚΗ ΕΠΙΣΤΗΜΗ”

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΕΤΡΑ

Τίτλος: **Εγχειρίδιο εσωτερικής εκπαίδευσης**

*Ein Weg zur Selbsterkenntnis des Menschen. In acht
Meditationen (GA 16)
Die Schwelle der geistigen Welt (GA 17)*

Συγγραφέας: Rudolf Steiner
Μετάφραση: Γεράσιμος Ε. Κατραμάδος
Επιμέλεια έκδοσης: Άρτεμις Χανιώτη

ISBN: 978-618-5735-43-2



Ελληνική Ανθρωποσοφική Κοινότητα
www.anthroposophy.gr

Εκδόσεις ETRA® 2025
Ευεργετών 7, Π. Φάληρο, 17563
Τ.: 210 9811753
www.etra.gr

*Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική ή περιληπτική,
η κατά παράφραση ή διασκευή απόδοση της μετάφρασης του βιβλίου
με οποιονδήποτε τρόπο, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη.*

Αυτή η έκδοση προσφέρεται σε όσους αισθάνονται το κάλεσμα να βαδίσουν το μονοπάτι της αληθινής αυτογνωσίας και της πνευματικής αναγέννησης, γνωρίζοντας ότι κάθε βήμα απαιτεί επίγνωση και ανάληψη της προσωπικής τους ευθύνης απέναντι στην ατομική τους εξέλιξη και στην πνευματική πορεία της ανθρωπότητας.



Το έργο του Ανθρωποσοφικού Κινήματος ουσιαστικά είναι να μας γνωστοποιήσει κόσμους που μας περιβάλλουν κάθε στιγμή. Κόσμους στους οποίους ζούμε, αλλά για τους οποίους δε γνωρίζουμε τίποτα υπό κανονικές συνθήκες. Η Ανθρωποσοφία δε θέλει να μας γνωστοποιήσει κόσμους οι οποίοι είναι μακριά μας, δηλαδή κόσμους που μας είναι απρόσιτοι. Θέλει να μας φέρει πιο κοντά με τους κόσμους εκείνους που μας επηρεάζουν και μας περιβάλλουν. Ωστόσο, αυτοί οι κόσμοι είναι άγνωστοι για μας επειδή δε διαθέτουμε τα όργανα εκείνα που θα μας επιτρέψουν να τους παρατηρήσουμε.

Προς το παρόν, το μόνο που μπορούμε να κάνουμε είναι να ενημερώσουμε για τους κόσμους αυτούς τους ανθρώπους. Μπορούμε μόνο να επισημάνουμε και να ενθαρρύνουμε τους ανθρώπους να συμμετέχουν σε δραστηριότητες που θα «ξεκλειδώσουν» τα όργανα εκείνα που θα τους επιτρέψουν να αντιληφθούν αυτούς τους υψηλότερους κόσμους.

Βερολίνο, 28 Οκτωβρίου 1903 - (GA 88)

~ Rudolf Steiner

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος του Εκδότη	9
Ένας Δρόμος προς την Αυτογνωσία - GA 16	
Εισαγωγικές Παρατηρήσεις	13
Πρώτος Στοχασμός	17
Δεύτερος Στοχασμός	31
Τρίτος Στοχασμός	43
Τέταρτος Στοχασμός	55
Πέμπτος Στοχασμός	67
Έκτος Στοχασμός	75
Έβδομος Στοχασμός	89
Όγδοος Στοχασμός	103
Το κατώφλι του πνευματικού κόσμου - GA 17	
Εισαγωγικές παρατηρήσεις	111
I.	113
II.	121
III.	131
IV.	139
V.	141
VI.	151
VII.	159
VIII.	161
IX.	169
X.	179
XI.	185
XII.	193
XIII.	201

XIV.	207
XV.	215
XVI.	217

Καθοδήγηση στην εσωτερική εκπαίδευση - GA 245

Προκαταρκτικό σημείωμα	221
I. Το έργο της Πνευματικής Επιστήμης	225
II. Γενικές απαιτήσεις για κάθε υποψήφιο	231
III. Κύρια άσκηση	247
IV. Επεξήγηση της ανωτέρω άσκησης	253
Σύντομο βιογραφικό του Rudolf Steiner	262

ΠΡΟΛΟΓΟΣ ΤΟΥ ΕΚΔΟΤΗ

Ο παρών τόμος περιλαμβάνει τρία έργα του Rudolf Steiner που ανοίγουν ένα δρόμο βαθιάς αυτογνωσίας και πνευματικής εργασίας: *Ένας Δρόμος προς τη Γνώση του Εαυτού* (GA 16), *Το Κατώφλι του Πνευματικού Κόσμου* (GA 17) και το *Καθοδήγηση στην Εσωτερική Εκπαίδευση* (GA 245). Τα έργα αυτά δεν προορίζονται για μια απλή ανάγνωση· είναι μια πρόσκληση για προσωπική μεταμόρφωση, ένας εσωτερικός οδοιπόρος που ζητά να βαδίσει ο αναγνώστης με σοβαρότητα και ελεύθερη βούληση.

Στην ιστορική στιγμή που συγγράφηκαν, ο Rudolf Steiner ένιωθε την ανάγκη να ανοίξει την πρόσβαση στα πεδία της Πνευματικής Επιστήμης σε όσους είχαν ήδη ωριμάσει μέσα από την άσκηση της σκέψης και της ψυχής· σε όσους μπορούσαν να αντέξουν το βάρος της ατομικής ευθύνης που συνοδεύει την πνευματική γνώση. Η εποχή μας, ωστόσο, καθιστά την εργασία αυτή ακόμη πιο απαιτητική: ζούμε σε ρυθμούς που γεννούν απόσπαση και διάσπαση· ο εσωτερικός χώρος μέσα μας πρέπει να δημιουργηθεί συνειδητά. Το έργο του Steiner δεν μας καλεί να εγκαταλείψουμε την εξωτερική ζωή, αλλά να την εξυγενίσουμε μέσα από την άσκηση και την εγρήγορση, διαμορφώνοντας έναν εσωτερικό χώρο σιωπής και προσοχής όπου μπορεί να ακουστεί το κάλεσμα του πνευματικού κόσμου.

Όσα περιγράφονται σε αυτά τα έργα — οι στοχασμοί,

οι κατευθύνσεις εσωτερικής άσκησης — προϋποθέτουν μια καλή εξοικείωση με την ανθρωποσοφική γνώση. Ο αναγνώστης καλείται να έχει μελετήσει και αφομοιώσει βασικά έργα του Steiner, όπως τη *Θεοσοφία* (GA 9) και την *Εσωτερική Επιστήμη* (GA 13), ώστε να μην προσεγγίσει βιαστικά ή ανώριμα τις ασκήσεις και τους στοχασμούς που παρουσιάζονται εδώ.

Το *Ένας Δρόμος προς τη Γνώση του Εαυτού* αναπτύσσει έναν βαθύ στοχαστικό διάλογο με τις τέσσερις βασικές οντότητες του ανθρώπου: το φυσικό σώμα, το αιθερικό σώμα, το αστρικό σώμα και το Εγώ. Ο αναγνώστης καθοδηγείται μέσα από υπεραισθητές εμπειρίες με προσεκτικά σχεδιασμένες εικόνες και στοχασμούς, ώστε να οικοδομήσει μια εσωτερική συνείδηση των πνευματικών δυνάμεων που δρουν μέσα του.

Το *Κατώφλι του Πνευματικού Κόσμου* προσφέρει μια συλλογή στοχασμών και αφορισμών που προετοιμάζουν την ψυχή για τη συνάντησή της με το ανώτερο Είναι. Με τρόπο λιτό και ουσιώδη, ο Steiner διανοίγει δρόμους αυτογνωσίας που δεν επιδέχονται θεωρητική αφομοίωση, αλλά μόνο εσωτερική επεξεργασία.

Το *Καθοδήγηση στην Εσωτερική Εκπαίδευση* (GA 245) συνιστά απόσταγμα των μαθημάτων της Εσωτερικής Σχολής, που ο Steiner οργάνωσε από το 1904 έως το 1914. Προσφέρει μια Ροδοσταυρική-Δυτική προσέγγιση στην πνευματική εκπαίδευση, μακριά από τις ανατολικές παραδόσεις που δεν ανταποκρίνονται στις ανάγκες του σύγχρονου ανθρώπου. Περιλαμβάνει μεθοδικά δο-

μημένες ασκήσεις αυτογνωσίας, ψυχικής σταθερότητας και εσωτερικής ελευθερίας, που δεν βασίζονται σε τυφλή πειθαρχία αλλά σε συνειδητή, ατομική εργασία.

Τα έργα αυτά του Steiner δεν καλούν σε τυφλή υποταγή. Τα έργα αυτά δεν προσφέρουν έτοιμες απαντήσεις, ούτε υπόσχονται εύκολους προορισμούς· είναι μονοπάτια εσωτερικής αναζήτησης. Κάθε αληθινό μονοπάτι απαιτεί διάρκεια, αφοσίωση, καλλιέργεια της υπομονής και κυρίως μια ελεύθερη συγκατάθεση της ψυχής να βαδίζει προς το άγνωστο. Εκεί όπου η Πνευματική Ελευθερία δεν είναι δόγμα, αλλά καθημερινό αίτημα και πράξη.

*Γεράσιμος Ε. Κατραμάδος
Παλαιό Φάληρο, Ιούνιος 2023*