**ΜΕΘΟΔΟΙ «ΑΥΤΟΒΕΛΤΙΩΣΗΣ» ΚΑΙ «ΘΕΤΙΚΗΣ ΣΚΕΨΗΣ» : ΕΙΝΑΙ ΣΥΜΒΑΤΕΣ ΜΕ ΤΗΝ ΟΡΘΟΔΟΞΙΑ; \* - κας Ελένης Ανδρουλάκη**

\* Τα περιεχόμενα του εν λόγω άρθρου αποτελούν απόψεις επιστημονικές και δεν έχω καμία πρόθεση να προσβάλω την τιμή και την υπόληψη κανενός, την οποία δηλώνω ότι σέβομαι δεόντως.

**1. Εισαγωγή**

Συχνά γίνεται λόγος σήμερα για «θετική σκέψη» και «αυτοβελτίωση». Με τον όρο «θετική σκέψη» δεν νοείται μια κατάσταση ευδιαθεσίας ή αισιοδοξίας ή πίστης στο Θεό, αλλά κάτι εντελώς διαφορετικό. Η «θετική σκέψη» βρίσκεται στον πυρήνα των δραστηριοτήτων των ομάδων της «Νέας Εποχής» και το εννοιολογικό της περιεχόμενο είναι διαφορετικό από ό,τι θα φανταζόταν κάποιος ανυποψίαστος ή αφελής ακροατής. Η «θετική σκέψη» είναι μια κατάσταση ενεργοποίησης των δήθεν ανεξάντλητων δυνάμεων μέσα μας, η ανάπτυξη «ολόκληρου του δυναμικού» του «έσω ανθρώπου», η ανακάλυψη των απεριόριστων «θεϊκών δυνάμεων» που υποτίθεται ότι βρίσκονται μέσα μας. Οι οπαδοί της «θετικής σκέψης» κηρύττουν ότι όταν κάνουμε θετικές σκέψεις «δονούμαστε σε ανώτερες συχνότητες», ενώ όταν κάνουμε αρνητικές σκέψεις, τότε «παλλόμαστε σε κατώτερες, ασθενέστερες συχνότητες». Η ορολογία αυτή είναι καθαρά αποκρυφιστική, όπως και η συνακόλουθη διδασκαλία ότι «τα θετικά συναισθήματα είναι εναρμονισμένα με αυτά της Πηγής μας [1], [και] μας κάνουν να δονούμαστε

σε ανώτερες συχνότητες και βοηθούν να γίνουν οι προθέσεις μας πραγματικότητα»[2]. Έτσι, ισχυρίζονται, «η συνεχής επανάληψη μιας σκέψης συνοδευόμενη από έντονα, θετικά συναισθήματα και η με απόλυτη βεβαιότητα προσδοκία ότι θα υλοποιηθεί» αυτό που σκεπτόμαστε, κάνουν τις σκέψεις μας πραγματικότητα. Για όλες τις ομάδες της «θετικής σκέψης», η σκέψη ταυτίζεται με την πράξη. Συχνά ακούμε ή διαβάζουμε για τη «δύναμη της σκέψης»· πολλοί μάλιστα λένε ότι «η σκέψη είναι ενέργεια» και ότι «η ενέργεια ακολουθεί τη σκέψη», κάτι το οποίο αποτελεί αποκρυφιστικό δόγμα[3]. Κάποιοι καθοδηγητές ζωής (life coaches) διδάσκουν ότι «οι σκέψεις μας έχουν υπόσταση και έλκουμε ο,τιδήποτε σκεφτόμαστε ανεξάρτητα αν αυτό είναι θετικό ή αρνητικό». «Είμαστε οι ίδιες οι σκέψεις μας», λένε, και «μπορούμε να διδάξουμε το υποσυνείδητό μας να κάνει ό,τι θέλουμε». «Μπορούμε να κάνουμε τα πάντα». Πώς; Στρεφόμενοι στον εαυτό μας, απολυτοποιώντας τις δυνάμεις μέσα μας, θεοποιώντας τον εαυτό μας.

«Για τις ομάδες που προβάλλουν ως "γενική συνταγή" τη θετική σκέψη», έγραφε ο μακαριστός π. Αντώνιος Αλεβιζόπουλος, «δεν υπάρχει καμία πραγματικότητα εκτός από τον "εαυτό", ο "εαυτός" δημιουργεί τα πάντα»[4]. Όσοι ασκούν τη «θετική σκέψη» και προσπαθούν να «αυτοβελτιωθούν» μέσω αυτής, ουσιαστικά δρουν αντι-χριστιανικά. Αφού η πίστη στο Θεό υποκαθιστάται από την πίστη στον Εαυτό. Και η προσευχή που λένε ότι κάνουν σχετίζεται με τη «δύναμη της σκέψης» και ουσιαστικά αποτελεί συνομιλία με τον «ανώτερο, θείο εαυτό» τους. «Έχε πίστη», λένε, αλλά εννοούν μία «πίστη όχι στο πρόσωπο του Χριστού ή στον Τριαδικό Θεό ή σε οποιαδήποτε δύναμη έξω από τον εαυτό μας, αλλά πίστη στις δυνάμεις του ίδιου του εαυτού μας, δηλαδή μια διαβολική πίστη»[5], έγραφε ο π. Αντώνιος.

Ο Εαυτός εξυψώνεται εγωιστικά, ειδωλοποιείται, παίρνει τη θέση του Θεού. Έτσι κηρύσσεται η αυτονομία του ανθρώπου, καταργείται η κοινωνία με τον αληθινό Θεό και ακυρώνεται το Ευαγγέλιο του Χριστού. Η πίστη που συνυπάρχει με τη χρήση μεθόδων «αυτοβελτίωσης», «αυτοεξέλιξης» και «θετικής σκέψης» είναι μια εωσφορικού τύπου πίστη που ενεργοποιείται με τεχνικές αυθυποβολής, ελέγχου και προγραμματισμού του νου, διαλογισμό και λοιπές αποκρυφιστικές πρακτικές.

**2. Τι είναι ο Νευρογλωσσικός Προγραμματισμός (NLP)**

Θα δούμε τώρα ένα αντιπροσωπευτικό παράδειγμα, το Νευρογλωσσικό προγραμματισμό, γνωστό και ως NLP, ο οποίος συστήνεται ως «μια ολοκληρωμένη μέθοδος αυτοβελτίωσης και προσωπικής εξέλιξης σε όλους τους τομείς»[6].

Ο Νευρογλωσσικός Προγραμματισμός παρουσιάζεται ως «η τέχνη και επιστήμη της προσωπικής βελτίωσης». Αναπτύχθηκε τη δεκαετία του 1970 από τον μαθηματικό Richard Bandler και τον γλωσσολόγο John Grinder, οι οποίοι έφτιαξαν μια νέα μέθοδο που βασίστηκε στις τεχνικές των λεγόμενων «μάγων της επικοινωνίας», δηλαδή του ιδρυτή της Νεοεποχίτικης ψυχοθεραπευτικής μεθόδου Γκεστάλτ Fritz Perls, της οικογενειακής ψυχοθεραπεύτριας Virginia Satir και του υπνοθεραπευτή

Milton Erickson.

Ο Νευρογλωσσικός Προγραμματισμός έχει χαρακτηριστεί ως «μια νέα τεχνολογία εργαλείων σκέψης και συμπεριφοράς», «μια ολιστική προσέγγιση» που «δίνει τη λύση σε πολλά καθημερινά προβλήματα, όπως αϋπνίες, κατάθλιψη, οργάνωση της ζωής, αυτογνωσία, καλύτερη μάθηση, μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση, αποτελεσματικότερη επικοινωνία, αυτοβελτίωση και αλλαγή των κακών συνηθειών μας. Όποιος εκτελέσει τις τεχνικές του μοντέλου, θα νιώσει μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση, η οποία θα απορρέει από την ιεράρχηση των αξιών του και θα τιθασεύσει τα μέχρι τώρα ανεξέλεγκτα πιστεύω του! Θα εξερευνήσει την πηγή των συναισθημάτων του και θα γνωρίσει καλύτερα τον εαυτό του. Θα μελετήσει καλύτερα την ανθρώπινη επικοινωνία και θα καταλάβει τι επηρεάζει θετικά τους άλλους ανθρώπους»[7]. Στα υποσχόμενα οφέλη περιλαμβάνονται «αυτο-εξέλιξη, εξαφάνιση αρνητικών σκέψεων, σύνδεση με την προσωπική μου Δύναμη, εντοπισμός και διαγραφή των αρνητικών νοητικών προγραμμάτων και αποκάλυψη του αληθινού εαυτού». Επίσης, για όσους το επιθυμούν, ο νευρογλωσσικός προγραμματισμός «οδηγεί στην αφθονία, την ευημερία και στην απόκτηση πλούτου, στη θεραπεία φοβιών μέσα σε λίγα λεπτά, στην άμεση απαλλαγή από αλλεργίες, στη μείωση βάρους, στη θεραπεία εθισμών, στην αύξηση των πωλήσεων έως και 60% από τις πρώτες μέρες, στην επιτυχία στα ερωτικά ραντεβού» κλπ. Κάποιοι θεραπευτές NLP υπόσχονται φυσική αύξηση του μεγέθους του γυναικείου στήθους μέσα σε λίγο καιρό, άλλοι υπερηφανεύονται ότι με την εφαρμογή του NLP σε εγκυμονούσες τις βοήθησαν να γεννήσουν πιο εύκολα, ενώ άλλοι ισχυρίζονται ότι θεραπεύουν ακόμα και τον καρκίνο[8]. Με άλλα λόγια, ο NLP «έχει μεταμορφωθεί σε ένα πάσης χρήσης πρόγραμμα και σε μια τεχνολογία αυτοβελτίωσης» και συστήνεται ως «η νέα τέχνη και επιστήμη που σε βοηθά να αποκτήσεις ο,τιδήποτε θελήσεις».

«Απελευθέρωσε τις Δυνατότητες του Νου σου!» μας προτρέπει διαφημιστικό φυλλάδιο νευρογλωσσικού προγραμματισμού Ελληνικής εταιρείας που ασχολείται τα τελευταία χρόνια με την εκπαίδευση στο νευρογλωσσικό προγραμματισμό έναντι αδρής αμοιβής. Αυτό και άλλα σχετικά κέντρα που δραστηριοποιούνται έντονα στην πατρίδα μας απευθύνονται σε άτομα που ψάχνουν κάποιο στήριγμα στη ζωή τους, σε ανθρώπους που αναζητούν αυτο-ανάπτυξη και αυτοβελτίωση, ψυχολόγους, ψυχοθεραπευτές και καθοδηγητές ζωής (life coaches), σε επαγγελματίες υγείας, εναλλακτικούς θεραπευτές, στελέχη επιχειρήσεων, εκπαιδευτικούς, αθλητές κ.α. Το πρόγραμμα σε βοηθά να αναγνωρίσεις και να εξαλείψεις τα «αρνητικά ή περιοριστικά πιστεύω σου», «να εναρμονίσεις όλα τα κομμάτια του εαυτού σου», «να υπερβείς τα προσωπικά σου όρια», «να ανακαλύψεις τη δύναμη που έχεις μέσα σου» και να αναπτύξεις «τεράστιες δυνατότητες αυτοπρογραμματισμού». Αφού, όπως μας λένε, «ο NLP έχει ανακαλύψει και έχει απελευθερώσει το τεράστιο κρυμμένο δυναμικό» που υποτίθεται ότι έχουμε όλοι. Οι σύμβουλοι NLP, μάλιστα, τονίζουν ότι «ο NLP βρίσκει εφαρμογή σχεδόν σε κάθε τομέα της ανθρώπινης δραστηριότητας : «στην προσωπική ανάπτυξη, στην καθοδήγηση ζωής (life coaching), στις σχέσεις, στην υγεία, στην ψυχοθεραπεία, στην εκπαίδευση και μάθηση, στον αθλητισμό, στις πωλήσεις, στον τομέα των επιχειρήσεων, στην επικοινωνία, στην καθημερινή ζωή».

**3. Είναι ο NLP επιστημονική μέθοδος;**

Ο NLP συχνά αυτο-αποκαλείται «μοντέλο επικοινωνίας», «μοντέλο ανθρώπινης συμπεριφοράς», «λογισμικό για τον εγκέφαλο», «εγχειρίδιο χρήσης του εγκεφάλου», «μελέτη της υποκειμενικής εμπειρίας» και «επιστήμη της θετικής σκέψης». Το πρόβλημα ξεκινά από τους ισχυρισμούς των θεμελιωτών της μεθόδου ότι ο NLP βασίζεται στη νευρολογία, τη γλωσσολογία και την επιστήμη των υπολογιστών, κάτι το οποίο έχει αποδειχθεί ψευδές σε πολυάριθμες επιστημονικές μελέτες από νευρολόγους, ψυχολόγους και γλωσσολόγους. Επίσης, σύγχυση δημιουργείται από την ονομασία «νευρογλωσσικός προγραμματισμός», καθότι η μέθοδος δεν έχει καμία απολύτως σχέση με τη σοβαρή επιστήμη της νευρογλωσσολογίας. Η νευρογλωσσολογία, καθ΄ όλα επιστημονική, μελετά τους νευρολογικούς μηχανισμούς του ανθρώπινου εγκεφάλου που ελέγχουν την εκμάθηση, κατανόηση και παραγωγή της γλώσσας. Οι νευρογλωσσολόγοι ερευνούν με επιστημονικά κριτήρια πώς η δομή του εγκεφάλου επηρεάζει τη μάθηση της γλώσσας, πώς και σε ποιες περιοχές του εγκεφάλου εδράζεται η γλώσσα και πώς οι εγκεφαλικές βλάβες επηρεάζουν την κατανόηση και χρήση του λόγου. Οι νευρογλωσσικοί προγραμματιστές δεν κάνουν τίποτα από τα παραπάνω, αλλά υπόσχονται ότι θα μας βοηθήσουν να «απελευθερώσουμε τις εσωτερικές δυνάμεις μας», «να εξαφανίσουμε τις αρνητικές μας σκέψεις», «αναδιαμορφώνοντας τον ανθρώπινο εγκέφαλο για να μας κάνουν υπερανθρώπους»[9]. Ο ίδιος ο δημιουργός της μεθόδου, ο Richard Bandler, ομολογεί ότι η έμπνευση του NLP του ήρθε «σε μια σειρά ψευδαισθήσεων»[10].

Ο καθηγητής ψυχολογίας Barry Beyerstein, σε εντυπωσιακή εργασία του με τίτλο «Ψευδείς θεωρίες περί εγκεφάλου: Νευρομυθολογίες της Νέας Εποχής», ανέλυε μεταξύ άλλων και το νευρογλωσσικό προγραμματισμό και τόνιζε ότι «οι έμποροι της προσωπικής επιτυχίας χρησιμοποιούν αυθαίρετα ορολογία της νευρολογίας, για να προσδίδουν αυθεντία [στις μεθόδους τους]… Πολλοί από αυτούς που ισχυρίζονται ότι αλλάζουν τον εγκέφαλο στηρίζουν τις ελπίδες τους σε μία ή και σε δύο προβληματικές έννοιες: έναν "συμπαντικό νου" και το υποσυνείδητο… Ίσως ο αγαπημένος νευρομύθος όλων των εποχών είναι η ιδέα ότι οι φυσιολογικοί άνθρωποι χρησιμοποιούν μόνο το 10% του μυαλού τους… Νεοεποχίτικα σλόγκαν όπως "εσύ δημιουργείς τη δική σου πραγματικότητα" ενισχύουν τις βαθιά ριζωμένες επιθυμίες μας για μυστικές συνταγές που θα πραγματοποιήσουν τους στόχους μας με τη φαντασία και όχι με την προσπάθεια… Οι γκουρού της αυτοβελτίωσης συνήθως βασίζονται … σε υποτιθέμενες γνώσεις περί του "τι έχει αποτέλεσμα"… Οι καταναλωτές οφείλουν να είναι προσεκτικοί…..»[11]. Ο ερευνητής και καθηγητής ψυχογλωσσολογίας Dr Willem Levelt επισημαίνει: «η θεωρία και η πρακτική του NLP δεν σχετίζεται καθόλου με τα πορίσματα της επιστήμης της νευρολογίας, ή με τη γλωσσολογία,

ούτε με την πληροφορική ή τις θεωρίες περί προγραμματισμού».[12] Σοβαρές επιστημονικές εργασίες αποδεικνύουν ότι ο NLP βασίζεται σε εσφαλμένες θεωρητικές υποθέσεις και χαρακτηρίζεται από έλλειψη αποτελεσματικότητας.[13] Μεταξύ αυτών, η αναφορά του Αμερικανικού Εθνικού Συμβουλίου Έρευνας (1988) και οι δημοσιεύσεις του καθηγητή νευροφυσιολογίας Christopher Sharpley. Σύμφωνα με εμπεριστατωμένες μελέτες, ο NLP έχει «ψευδοεπιστημονικά χαρακτηριστικά, τίτλο, έννοιες και ορολογία».[14] Ο ερευνητής Witkwoski τονίζει ότι ο NLP χρησιμοποιεί όρους «δανεισμένους από την επιστήμη ή φράσεις που αναφέρονται σε αυτήν, κενούς από κάθε επιστημονική σημασία. Αυτό φαίνεται ήδη από το ίδιο το όνομά του -νευρογλωσσικός προγραμματισμός- που είναι τρομερή εξαπάτηση».[15] Ο λέκτορας Ψυχολογίας Gareth Roderique-Davies με τη σειρά του χαρακτηρίζει τον NLP «ασαφή χαμαιλέοντα που μεταμφιέζεται σε επιστήμη»[16]. O NLP επίσης συγκαταλέγεται μεταξύ των «αναξιόπιστων μεθόδων για τη θεραπεία εθισμών», και μάλιστα μέσα στις 10 πιο αναξιόπιστες.[17]

Ο Donald Eisner, ψυχολόγος και νομικός με ειδίκευση στα αδικήματα που σχετίζονται με την ψυχοθεραπεία, στο άρτια τεκμηριωμένο βιβλίο του «Ο θάνατος της Ψυχοθεραπείας – Από την απάτη ως τις απαγωγές από εξωγήινους», ασχολείται και με το Νευρογλωσσικό προγραμματισμό. Τα συμπεράσματα του Eisner: «ούτε ίχνος κλινικής έρευνας δεν στηρίζει τους ισχυρισμούς»[18] του NLP. «Παρά τους εκτεταμένους ισχυρισμούς και τη μαζική διαφήμιση, καμία μελέτη δεν έχει δημοσιευθεί που να αποδεικνύει την αποτελεσματικότητα του NLP… Αυτό που απομένει είναι η επίδραση των γκουρού και του πλασέμπο»[19].

Στο βιβλίο «Επιστήμη και ψευδοεπιστήμη στην Κλινική Ψυχολογία»[20] διαβάζουμε τον ακόλουθο ορισμό του NLP «(Εύκολη λύση + Ψευδοεπιστημονικό λούστρο) x Εύπιστο Κοινό = Υψηλό εισόδημα».

Με το νευρογλωσσικό προγραμματισμό ασχολήθηκαν επίσης οι σκεπτικιστές, ο φορέας επαγρύπνησης για τις απάτες υγείας στην Αμερική Quackwatch[21] και η Miviludes (Διϋπουργική Επιτροπή Επαγρύπνησης και Αγώνα εναντίον των Σεκτών). Στις ετήσιες αναφορές της στον Πρωθυπουργό, η Miviludes περιλαμβάνει από το 2007 και σχεδόν κάθε χρόνο και το νευρογλωσσικό προγραμματισμό. Να τονιστεί ότι «ως τυπικό παράδειγμα σύγχρονης ψευδοεπιστήμης»,[22] ο NLP εξυπηρετεί για να «διευκολύνει τη διδασκαλία της επιστημονικής παιδείας σε πανεπιστημιακό επίπεδο».[23]

**4. Θεωρίες του NLP**

Οι ερευνητές επισημαίνουν ότι ο NLP «είναι μια επιστημονικά ατεκμηρίωτη θεραπευτική μέθοδος που ισχυρίζεται ότι "προγραμματίζει" τον εγκέφαλο, με μια σειρά τεχνικών οι οποίες περιλαμβάνουν το καθρέφτισμα των στάσεων του σώματος και των μη λεκτικών συμπεριφορών των πελατών».[24] Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία του NLP που ονομάζεται «συντονισμός και κατοπτρισμός», όταν μιμούμαστε τη λεκτική και μη λεκτική συμπεριφορά των άλλων -δηλαδή τη στάση του σώματος, τις χειρονομίες, την αναπνοή, τις αλλαγές στον τόνο της φωνής κτλ- δημιουργείται συναισθηματική εναρμόνιση. Αυτό δεν έχει αποδειχθεί επιστημονικά, αντίθετα μπορεί να προκαλέσει αμηχανία, απορία ή και διακοπή της επικοινωνίας, όπως περιγράφει παραστατικά η επιφανής κλινική ψυχολόγος και καθηγήτρια στο Berkley, Dr Margaret Thaler Singer, στο βιβλίο της «Τρελές θεραπείες». Και φυσικά οι προτροπές για συγχρονισμό με την αναπνοή του άλλου[25], παραπέμπουν σε αποκρυφιστικές πρακτικές. Προσοχή επίσης χρειάζεται η τακτική των νευρογλωσσικών προγραμματιστών να «διαβάζουν» τη σκέψη των άλλων και τη γλώσσα του σώματος. Ρωτούμε για παράδειγμα:

γιατί το να κάθεσαι σταυροπόδι να σημαίνει ότι κάποιος «σε μπλοκάρει» ή ότι «γίνεσαι αμυντικός»; Μπορεί απλά να πονά η μέση σου ή να αισθάνεσαι βολικά έτσι.[26]

´Αλλη βασική θεωρία του NLP έχει να κάνει με τα λεγόμενα συστήματα αναπαράστασης. Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία, οι άνθρωποι σκέπτονται, επεξεργάζονται τις πληροφορίες με συγκεκριμένους τρόπους: οπτικό, ακουστικό, κιναισθητικό, οσφρητικό ή γευστικό και η κατεύθυνση προς την οποία οι άνθρωποι κινούν τα μάτια τους θεωρείται ότι υποδεικνύει το αισθητήριο σύστημα με το οποίο σκέφτονται. Επίσης, η επιλογή των λέξεων που χρησιμοποιούν οι άνθρωποι υποτίθεται ότι υποδηλώνει το «προτιμώμενο τους σύστημα αναπαράστασης». Για παράδειγμα, αν κάποιος κοιτά επάνω δεξιά βλέπει νέες εικόνες, ενώ αν κοιτά πάνω αριστερά βλέπει εικόνες που έχει δει στο παρελθόν, αν κοιτά στο κέντρο δεξιά ακούει νέους ήχους, ενώ αν κοιτά κάτω αριστερά μιλά στον εαυτό του κλπ[27] Και αν κάποιος χρησιμοποιεί λέξεις όπως «φαίνεται, για κοίτα εδώ, φωτεινός, άδειος» είναι οπτικός τύπος, ενώ αν χρησιμοποιεί λέξεις όπως «ακούγεται, το σημαντικό ερώτημα που θέτουμε είναι, ηχηρός, κουφός» είναι ακουστικός τύπος[28]. Δεν προκαλεί έκπληξη το γεγονός ότι όλα τα ανωτέρω περί προτιμώμενου «συστήματος αναπαράστασης», χρήσης αντίστοιχων λέξεων, κινήσεως των ματιών κλπ έχουν ανασκευαστεί σε αρκετές επιστημονικές εργασίες[29].

Στην εξαιρετική μελέτη του «Νευρομυθολογίες στην Εκπαίδευση», ο καθηγητής στην έδρα της Εκπαίδευσης John Geake, ερευνητής με ειδίκευση στη νευροεπιστήμη, στηριζόμενος σε εκτενή, επιστημονική βιβλιογραφία, αποκαλύπτει την έλλειψη επιστημονικής βάσης δημοφιλών νευρομύθων, συγκεκριμένα : «της χρησιμοποίησης του 10% του εγκεφάλου, της σκέψης με το αριστερό ή το δεξί ημισφαίριο, το οπτικό, ακουστικό και κιναισθητικό στυλ μάθησης και τις πολλαπλές νοημοσύνες».[30]

Ανάμεσα στις βασικές παραδοχές του NLP είναι και η εξής : «δεν υπάρχει αποτυχία, μόνο ανάδραση». Δηλαδή η αποτυχία, η αστοχία, η αμαρτία δεν υπάρχουν· είναι μόνο ανολοκλήρωτες επιτυχίες. «´Αλλη ψευδής παραδοχή του NLP είναι "αν κάποιος μπορεί να κάνει κάτι, όλοι μπορούν να το κάνουν". Αυτό προέρχεται από ανθρώπους που ισχυρίζονται ότι καταλαβαίνουν τον εγκέφαλο και ότι μπορούν να σε βοηθήσουν να επανα-προγραμματίσεις το δικό σου. Θέλουν να πιστέψεις

ότι το μόνο πράγμα που χωρίζει το μέσο άνθρωπο από τον Αϊνστάιν… είναι ο NLP»[31] και το εκάστοτε σύστημα «αυτοβελτίωσης» και «θετικής σκέψης».

**5. Το αποκρυφιστικό υπόβαθρο του NLP**

Ο NLP προωθείται μέσα από σεμινάρια και ομιλίες σε χώρους κατεξοχήν αποκρυφιστικούς και μέσα από δημοσιεύσεις σε αποκρυφιστικά έντυπα και σε γιογκικές και αποκρυφιστικές ιστοσελίδες. Πολλοί αποκρυφιστές μελετούν και εφαρμόζουν τον NLP και συχνά συναντούμε διπλές ιδιότητες όπως : δάσκαλος γιόγκα και σύμβουλος NLP, σύμβουλος φενγκ σούι και NLP, ρέικι και NLP «master» κλπ.

Ανάμεσα στις κεντρικές αξίες της Παγκόσμιας NLP Κοινότητας είναι και η «Συμπαντική Αγάπη», όπου το ζητούμενο είναι «να συνδεθούμε με την πηγή ενέργειας μέσα στους άλλους».[32] Ο ένας από τους δημιουργούς του NLP, ο Richard Bandler, ασχολήθηκε σε βάθος και με το σαμανισμό[33], ενώ ο Fritz Perls, από τον οποίο ελήφθη η έμπνευση για τη δημιουργία του NLP, έμεινε για κάποιο διάστημα σε μοναστήρι ζεν και πέρασε από την εκπαίδευση της Σαϊεντολογίας. Η ανάπτυξη του NLP προήλθε και από τη μελέτη των υπνωτιστικών τεχνικών του Milton Erickson. Ο νευρογλωσσικός προγραμματισμός έχει χαρακτηριστεί «σύγχρονη μορφή ύπνωσης ενώ είναι κάποιος ξύπνιος» [34]. Η ύπνωση, υπενθυμίζουμε, είναι αναπόσπαστο μέρος του αποκρυφισμού εδώ και χιλιάδες χρόνια.

Ο νευρογλωσσικός προγραμματισμός βασίζεται σε καθαρά «Νεοποχίτικες» αρχές, όπως την πίστη στο ανεξάντλητο δυναμικό του ανθρώπου, το οποίο «πραγματώνεται» διαμέσου της πρόσβασης στο υποσυνείδητο. Οι τεχνικές του NLP περιλαμβάνουν καθοδηγούμενες νοερές απεικονίσεις, ασκήσεις αναπνοής, οραματισμούς, διαλογισμούς

και τεχνικές υπνωτισμού. Με αυτές τις τεχνικές πιστεύουν ότι επηρεάζουν την πραγματικότητα και μάλιστα, όχι απλώς τις ασκούν, αλλά «στοχεύου[ν] στη βίωση των τεχνικών».[35] Οι σύμβουλοι NLP διδάσκουν «τη λειτουργία της αναπνοής για την επίτευξη μιας βαθύτερης συνειδητότητας και την άμεση επιτυχία αποτελεσμάτων».[36]

Μας λένε «αν ασχοληθείτε με το διαλογισμό, θα αναπτύξετε και τα δύο ημισφαίρια [του εγκεφάλου] και θα βοηθήσετε στην καλύτερη συνεργασία τους.»[37] Τα ημισφαίρια, όμως, ούτως ή άλλως εργάζονται μαζί. Και προσπαθούν να μας πείσουν ότι «δεν υπάρχει τίποτα καλύτερο από το διαλογισμό».[38] Ενώ ο διαλογισμός, όπως έχει αποδειχθεί, ελλοχεύει κινδύνους για τη σωματική, διανοητική και πνευματική υγεία του ανθρώπου[39]. Με ασκήσεις φαντασίας, νοερής απεικόνισης και διαλογισμού μπορείτε «να αλλάζετε μια περιοριστική πεποίθηση, να δημιουργήσετε μια ενδυναμωτική πεποίθηση [αλλά και] να απαλλαγείτε από τους πόνους στην πλάτη»![40] Διαβάζουμε σε σχετικό έντυπο : «Ξεκίνησε από το στόχο σου. Φαντάσου πώς θα είναι όταν τον επιτύχεις. Δες τον με κάθε λεπτομέρεια… Φαντάσου όσο το δυνατόν περισσότερες λεπτομέρειες μπορείς –πού βρίσκεσαι, τα ρούχα που φοράς… Όσο πλουσιώτερες οι λεπτομέρειες, τόσο ισχυροποιείται η διαδικασία. Δες, άκου και νιώσε την τελειότητα. Ό,τι βλέπεις (κι ό,τι ακούς και νιώθεις) αυτό και θα λάβεις». «Οραματιστείτε τον αριθμό 2 τρεις φορές και εισέλθετε στον ιδιαίτερό σας χώρο. Όταν είστε πλέον πνευματικά και σωματικά χαλαρός, "δείτε" τον ιδιαίτερο αριθμό σας 1, οραματιστείτε τους στόχους σας σαν να έχουν συμβεί»[41], «δείτε νοερά τα επιθυμητά αποτελέσματα».[42]

Μία από τις βασικές τεχνικές του NLP είναι και η λεγόμενη «τεχνική της άγκυρας» ή «τεχνική του άγκιστρου». Εδώ ο στόχος είναι να «πετύχουμε ένα επίπεδο διαλογισμού» και να «το συνδέσουμε με μια συγκεκριμένη σωματική στάση»[43], γιατί έτσι θεωρείται ότι κάθε φορά που το σώμα θα παίρνει τη συγκεκριμένη στάση, θα ανακαλείται αυτόματα η ίδια εμπειρία. ´Αλλες αποκρυφιστικές τεχνικές του NLP είναι η μέθοδος «Swish» (Σουίς), ο «κύκλος της αριστείας» και η «θεραπεία της χρονογραμμής» (“Time Line Therapy”). Η τεχνική Swish περιλαμβάνει την απομάκρυνση «αρνητικών νοερών απεικονίσεων» με τον ήχο «φσσστ». Ο κύκλος της αριστείας έχει να κάνει με τη δημιουργία ενός μαγικού κύκλου στο πάτωμα, στον οποίο εισέρχονται και εκτελούν διάφορα τελετουργικά για να διώξουν την «αρνητικότητα» και να αυξήσουν τη «θετική σκέψη». Η θεραπεία της χρονογραμμής είναι άλλη μια προχωρημένη αποκρυφιστική πρακτική που βασίζεται στην ύπνωση και υπόσχεται ότι θα «μας απαλλάξει από αρνητικά συναισθήματα που κλέβουν από το σώμα τη θεραπευτική του ενέργεια και… από Περιοριστικές Αποφάσεις που εμποδίζουν το υποσυνείδητο να κάνει ο,τιδήποτε για να θεραπεύσει το σώμα».[44]

Κλείνουμε με ένα παράδειγμα πρακτικής για «λύση εσωτερικής σύγκρουσης» : «Θέλω να φανταστείς, ότι υπάρχει ένα τμήμα του εαυτού σου, που αντιπροσωπεύει τη θετική άποψη της συνήθειάς σου να καπνίζεις. Φαντάσου, λοιπόν, το τμήμα του εαυτού σου που θέλει να καπνίζεις, σε ένα από τα χέρια σου, ας πούμε στο δεξί σου χέρι. Πρότεινε το δεξί σου χέρι μπροστά και μίλησε σε εκείνο το τμήμα. Πες του, με τη φαντασία σου, ότι αναγνωρίζεις το γεγονός ότι αυτό έχει μια θετική πρόθεση, όταν σε σπρώχνει να καπνίζεις, και ζήτησέ του να σου πει, ποια είναι η θετική πρόθεσή του σε αυτή την απαίτηση…Ευχαρίστησε το τμήμα αυτό για την απάντησή του, πες του, ότι πραγματικά αναγνωρίζεις τη σημασία που έχει για σένα η συγκεκριμένη θετική πρόθεσή του και ευχαρίστησέ το γι´ αυτήν.

Ύστερα άφησε το δεξί σου χέρι εκεί προτεταμένο στα δεξιά σου. Και τώρα φαντάσου μία αναπαράσταση του άλλου τμήματος, με την απαίτησή του να κόψεις το τσιγάρο, στο άλλο σου χέρι, στο αριστερό. Πρότεινε αυτό το χέρι μπροστά σου και μίλησε στο τμήμα αυτό…Και τώρα μίλησε και στα δύο τμήματα, και βεβαιώσου ότι το καθένα αναγνωρίζει τη θετική πρόθεση του άλλου και το γεγονός, ότι σε ένα βαθύτερο επίπεδο, και τα δύο έχουν την ίδια θετική πρόθεση». [45] Πόσο επιστημονικά και ορθόδοξα είναι όλα αυτά;

**6. Η διάδοση του NLP**

Ο NLP έχει μεγάλη διάδοση και στην Ελλάδα την τελευταία περίπου δεκαπενταετία. Αν ο NLP εφαρμοζόταν σε χώρους μόνο εναλλακτικούς και αποκρυφιστικούς, τα πράγματα θα ήταν πιο απλά. Η Dr Singer και η Dr Lalich, αλλά και ιστοσελίδες NLP, μας πληροφορούν ότι στην Αμερική εδώ και πολλά χρόνια «εκπαίδευση στον NLP παρέχεται σε εταιρείες όπως η IBM, η Hewlett-Packard, τα Mc Donald´s, η NASA, στον Αμερικανικό στρατό, σε Αμερικανικές Ολυμπιακές ομάδες και σε αναρίθμητα συστήματα δημόσιων σχολείων».[46]

Στο χώρο της εκπαίδευσης επιχειρείται να λυθεί το άγχος των εξετάσεων με NLP. Επίσης, μας λένε ότι ο NLP βοηθά σε μαθησιακές δυσκολίες, στη δυσλεξία, στη βελτίωση της ορθογραφίας και στην επιταχυνόμενη μάθηση. Συμβουλεύουν τους εκπαιδευτικούς όταν παρουσιάζουν διανοητική πληροφόρηση, να μιλούν στο δεξί αυτί του μαθητή και στον αριστερό του εγκέφαλο, ενώ όταν παρουσιάζουν πληροφόρηση που αφορά σε συναισθήματα, να στέκονται στα δεξιά του μαθητή, για να του μιλούν στο αριστερό του αυτί. Επίσης, για τους λεγόμενους οπτικούς τύπους ο εκπαιδευτικός, λένε, θα πρέπει να γράφει στον πίνακα επάνω και προς τα αριστερά, για τους ακουστικούς η πληροφορία θα πρέπει να γράφεται στο μέσο αριστερά, ενώ για τους κιναισθητικούς κάτω δεξιά [47]. Κάποιοι εκπαιδευτικοί καταλαβαίνουν αμέσως την έλλειψη επιστημονικής βάσης των προαναφερθέντων και τα απορρίπτουν, κάποιοι όμως τα δοκιμάζουν, όπως εκείνος ο εκπαιδευτικός που δημοσίευσε άρθρο στην εφημερίδα Guardian. Με τα λόγια του : «Ο NLP διδάσκει τις νοερές απεικονίσεις… Το να φαντάζεσαι [όμως] την επιτυχία σε ένα μάθημα είναι πολύ πιθανό να οδηγήσει στο αντίθετο αποτέλεσμα… Δοκίμασα πολλές από τις τεχνικές του NLP για Εκπαιδευτικούς … Ώσπου να κάνω τις…αναλύσεις μου, είχε διαφύγει της προσοχής μου ότι τα παιδιά κρέμονταν από το ταβάνι και τα μισά έπιπλα ήταν έξω από το παράθυρο».[48]

Το 2006 κυκλοφόρησε το πρώτο Ελληνικό βιβλίο για παιδιά, γονείς και εκπαιδευτικούς που «βασίζεται στο νευρογλωσσικό προγραμματισμό» [49]. Φέρει τον τίτλο «Ξεπετάξτε το διάβασμα» και περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, ασκήσεις αναπνοής και καθοδηγούμενης φαντασίας[50]. Επίσης, συστάσεις για τη χρήση του NLP βρίσκουμε από το 1997 σε πανεπιστημιακό εγχειρίδιο διδασκαλίας ξένων γλωσσών. Εκτός από τους ψυχολόγους, μεγάλες ομάδες καθηγητών ξένων γλωσσών εκπαιδεύονται ενδελεχώς τα τελευταία χρόνια και στο νευρογλωσσικό προγραμματισμό. Στο Εργαστήριο Πειραματικής Παιδαγωγικής του Πανεπιστημίου Αθηνών διοργανώθηκε το έτος 2004-2005 πολύωρο σεμινάριο για NLP που απευθυνόταν σε επαγγελματίες συμβουλευτικής. ´Αλλο σεμινάριο NLP έλαβε χώρα στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο, Τμήμα Αγγλικής Γλώσσας και Φιλολογίας το 2005. Επίσης ο NLP παρουσιάστηκε το 2011 στο Πανεπιστήμιο Μακεδονίας σε διεθνές συνέδριο με θέμα «Εκπαίδευση και Κοινωνική ένταξη ευάλωτων ομάδων». NLP βρίσκουμε και σε κέντρα συμβουλευτικής επαγγελματικού προσανατολισμού, σε ακριβοπληρωμένα σεμινάρια για διευθυντικά στελέχη, στελέχη πωλήσεων και υπευθύνους τμημάτων πολλών εταιρειών και σε σεμινάρια για ηθοποιούς.

Δωρεάν σεμινάρια NLP γίνονται από μη κερδοσκοπικούς οργανισμούς και διάφορες ομάδες με παραθρησκευτική δραστηριότητα. Να τονιστεί ότι «τα σεμινάρια NLP συχνά χρησιμεύουν ως δεξαμενές στρατολόγησης σε διάφορες οργανωμένες ομάδες».[51]

Στο εξωτερικό υπάρχουν προτεστάντες πάστορες και βατικάνειοι μοναχοί που ασκούν NLP. Στην Ελλάδα υπάρχουν ομάδες που συνδυάζουν δηλώσεις περί ορθοδοξίας, με NLP και προχωρημένες αποκρυφιστικές πρακτικές. Κάποιες από αυτές διατηρούν ιστοσελίδες όπου αναρτούν εικόνες αγίων, ωραία εκκλησιαστικά κείμενα, βίντεο με μητροπολίτες και αγιορείτες, μαζί με κείμενα που παραπέμπουν σε ανατολικές πρακτικές και αποκρυφισμό. Ίσως έτσι εξηγείται η διείσδυση συμβούλων NLP στο χώρο όπου κατεξοχήν δεν ταιριάζουν, σε ενορίες και εκκλησιαστικά περιβάλλοντα. Χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή.

**7. ´Αλλες μέθοδοι[52]**

Στο νευρογλωσσικό προγραμματισμό βασίζονται διάφορα βιωματικά σεμινάρια σχετικά με τη μέθοδο Success Dynamics (ή Δυναμική της Επιτυχίας), η οποία κηρύττει τη «θετική σκέψη» και άλλες Νεοποχίτικες δοξασίες[53], γι᾽ αυτό και έχει χαρακτηριστεί ασυμβίβαστη με την Ορθόδοξη πίστη και ζωή από τη Ζ᾽ Πανορθόδοξη Συνδιάσκεψη Εντεταλμένων Ορθοδόξων Εκκλησιών και Ιερών Μητροπόλεων για θέματα αιρέσεων και παραθρησκείας [54].

Άλλες μέθοδοι που βασίζονται στην «αυτοβελτίωση», τη «θετική σκέψη» και τον αποκρυφισμό είναι η «Ψυχοδυναμική»[55] και το Silva Mind Control[56], η μέθοδος της Σφαιρικής Αντιληπτικότητας[57], διάφορες μέθοδοι που προέρχονται από το χώρο των ανατολικών θρησκειών, κάποιες ψυχοθεραπείες, καθώς και μέθοδοι που στηρίζονται στη λεγόμενη «γυμναστική του μυαλού» (Brain Gym) ή χρησιμοποιούν CDs που απευθύνονται στο υποσυνείδητο ή «εγκεφαλικές μηχανές» (δηλαδή μηχανήματα που εκπαιδεύουν ή «ενισχύουν» τον εγκέφαλο).

**8. Οι κίνδυνοι**

Η χρήση μεθόδων «αυτο-ανάπτυξης» και «αυτοβελτίωσης» απασχόλησε και τη Γαλλική UNADFI (Εθνική Ένωση Συλλόγων για την υπεράσπιση της οικογένειας και του ατόμου από τις αιρέσεις), η οποία ασχολήθηκε, μεταξύ άλλων, και με τον NLP, τη θεραπεία Γκεστάλτ, τη θετική σκέψη, τις βιοενεργειακές μεθόδους και τη Συναλλακτική Ανάλυση. Η UNADFI επισημαίνει τους εξής κίνδυνους από τη συμμετοχή σε ομάδα «προσωπικής ανάπτυξης» : «κίνδυνοι αποσταθεροποίησης, κίνδυνοι αλλοτρίωσης και παραμόρφωσης της σκέψης και κίνδυνοι θυματοποίησης». Διαβάζουμε στην ιστοσελίδα της : «Οι πρακτικές που στοχεύουν στην προσωπική ανάπτυξη αποτελούν ένα δίαυλο επιλογής ώστε να μεταδοθούν, με δόλιο τρόπο, οι ιδέες της Νέας Εποχής: πιστεύω και μυστικο-εσωτεριστικές πρακτικές, σύγχυση μεταξύ ψυχικού και πνευματικού, ψευδο-επιστήμη βασισμένη στην αστρολογία και στην εποχή του Υδροχόου, θεωρίες για την υγεία και τις αρρώστιες. Σε αυτά τα στάδια, η σκέψη είναι κάτι παντελώς άχρηστο, δεδομένου ότι, το συναίσθημα θεωρείται ανώτερο της λογικής… Είναι εύκολο για έναν εμψυχωτή που γίνεται αρχηγός, να χειραγωγεί τον άλλον με συμπεριφοριστικές τεχνικές "πλασάροντας" τον εαυτό του σαν κάποιον που γνωρίζει τα πάντα σχετικά με την ανθρώπινη ύπαρξη ενώ, οι ψυχοτεχνικές που χρησιμοποιούνται δεν είναι, στην πλειονότητά τους, μέθοδοι ή θεραπείες συμβατικές και δοκιμασμένες… Η υπερπροσφορά σεμιναρίων προσωπικής ανάπτυξης μπορεί, υπό την επήρεια της μόδας, να δημιουργήσει μια τεχνητή ανάγκη. Ο θαυμασμός για την προσωπική ανάπτυξη παρακινεί πολλούς τσαρλατάνους να εκμεταλλεύονται την αγορά για εύκολο πλουτισμό, στην πλάτη [με τη βοήθεια] ανθρώπων που ξέρουν να γοητεύουν και να πείθουν με σκοπό να εμπλακούν ευκολότερα σε μια τέτοια διαδικασία [πλουτισμού]. Ο κίνδυνος ελλοχεύει όταν πρόσωπα, σε αναζήτηση του εαυτού τους, επηρεάζονται και αφήνονται καταχρηστικά να χειραγωγηθούν από τους πωλητές του "ευ ζην". Τα σεκταριστικά κινήματα δεν είναι τα τελευταία σε αυτή την αμφισβητούμενη αγορά, με διανομή διαφόρων τεστ προσωπικοτήτων και

ορισμένες άλλες προτάσεις-μέσα στρατολόγησης. Επιβάλλεται σύνεση διότι η ανακάλυψη του εαυτού μας δεν αποτελεί ένα απλό τυπικό γεγονός και πρέπει να είμαστε επιφυλακτικοί απέναντι σε όσους ισχυρίζονται ότι μπορούν να διαφωτίσουν την πολυσύνθετη, εκ φύσεως, ανθρώπινη προσωπικότητα» [58].

Ιδιαίτερα πρέπει να επισημάνουμε τους πνευματικούς κινδύνους που προέρχονται από τη χρήση ύπνωσης ή αυτοΰπνωσης, στην οποία βασίζονται πολλές από τις μεθόδους «αυτοβελτίωσης» και «θετικής σκέψης». Είναι οι κίνδυνοι από το άνοιγμα στον αποκρυφισμό, ο κίνδυνος της πλάνης από φαντασίες, της αλλοίωσης της προσωπικότητας, της παρέμβασης σε αυτήν και της χειραγώγησης του ατόμου. Όλα αυτά συνιστούν πνευματική δουλεία και ο Χριστιανός θέλει να είναι ελεύθερος. Εξίσου σοβαρός είναι και ο κίνδυνος να πιστεύει κανείς ότι μπορεί να συνδυάσει τις πρακτικές αυτές και να είναι Ορθόδοξος. Το κέντρο των μεθόδων αυτών είναι, όχι ο Χριστός, αλλά οι τεχνικές. Και όταν λένε ότι «πρέπει να εξαλειφθούν οι αρνητικές μας σκέψεις», αυτό σημαίνει ότι ακυρώνουν την έννοια της αμαρτίας και της μετάνοιας.

Αυτό είναι αντίθετο με την Ορθόδοξη διδασκαλία, η οποία μας λέει ότι πρέπει να δούμε και να παραδεχθούμε τα λάθη μας και να μετανοήσουμε. Δεν κάνουμε ότι δεν βλέπουμε τα λάθη μας, γιατί ο στόχος μας είναι να αποκτήσουμε ταπείνωση και να καθαριστούμε από τα πάθη μας. Ο στόχος μας δεν είναι «να καθαρίσουμε τα μπλοκαρίσματά μας», να αυτο-εξελιχθούμε και να αυτοθεωθούμε, αλλά μέσω της αυτομεμψίας να βρούμε τον αληθινό Θεό. Ο,τιδήποτε στέκει εμπόδιο σε αυτό, είναι ασυμβίβαστο με την ιδιότητα του Ορθόδοξου Χριστιανού.

--------------------------------------------------------------------------------

Παραπομπές

[1]. δηλαδή τη θέση του προσωπικού Θεού παίρνει μια απρόσωπη «Πηγή» στην οποία όλα συγχωνεύονται

[2]. http://enallaktikidrasi.gr/2013/05/pos-oi-skepseis-mas-ginontai-i-pragmatikotita-mas

[3]. Παγκόσμια Καλή Θέληση, Ενημερωτικό Δελτίο, 2003, Νο 2.

[4]. † π. Αντωνίου Αλεβιζόπουλου, Ο αποκρυφισμός στο φως της Ορθοδοξίας - Νεοαποκρυφισμός, Αθήνα, 1996, σελ.305

[5]. ένθ. ανωτ., σελ. 304

[6]. http://amaltheia.eu

[7]. Τρίτο Μάτι, τεύχος 74, Ιανουάριος 1999

[8]. http://www.transformations.net.nz/trancescript/healing-cancer.html

[9].http://www.guardian.co.uk/lifeandstyle/2006/may/20/weekend.jonronson1

[10].http://www.guardian.co.uk/lifeandstyle/2006/may/20/weekend.jonronson1

[11]. Barry Beyerstein, "Brainscams: Neuromythologies of the New Age", International Journal of Mental Health. 1990, 19 (3): 27–36.

[12]. σχετικό βίντεο

[13]. Ενδεικτικά: C.F. Sharpley, “Research Findings on Neuro-linguistic Programming: Non supportive data or an untestable theory?”, Journal of Counseling Psychology, 1984, Vol. 31, No. 2 και Donald A. Eisner, The Death of Psychotherapy – From Fraud to Alien Abductions, Praeger, 2000, σελ. 158 και Margaret Singer, & Janja Lalich, Crazy Therapies : What Are They? Do They Work? Jossey-Bass, 1996, σελ.175 και www.tomaszwitkowski.pl/attachments/File/Tomasz\_Witkowski\_-\_A\_Review.pdf

[14]. http://en.wikipedia.org/wiki/Neuro-linguistic\_programming

[15]. Tomasz Witkowski, "Thirty-Five Years of Research on Neuro-Linguistic Programming. NLP Research Data Base. State of the Art or Pseudoscientific Decoration?", Polish Psychological Bulletin, 2010, 41 (2)

[16]. Gareth Roderique-Davies, "Neuro-linguistic programming: Cargo Cult Psychology?", Journal of Applied Research in Higher Education, 2009, Vol. 1, no 2.

[17]. Norcross, J. C.; Koocher, G. P.; Fala, N. C.; Wexler, H. K., "What Does Not Work? Expert Consensus on discredited treatments in the addictions", Journal of Addiction Medicine, 2010, 4 (3)

[18]. Donald A. Eisner, The Death of Psychotherapy – From Fraud to Alien Abductions, Praeger, 2000, σελ. 209

[19]. ένθ. ανωτ., σελ. 157-158

[20]. Scott O. Lilienfeld, Steven Jay Lynn, Jeffrey M. Lohr , Science and Pseudoscience in Clinical Psychology,Guilford, 2004

[21].http://www.quackwatch.org/01QuackeryRelatedTopics/mentserv.html

[22]. http://scientliteracy.wordpress.com/article/neurolinguistic-programming-2j6nlcky7q5vo-2/

[23]. http://en.wikipedia.org/wiki/Neuro-linguistic\_programming

[24]. http://donaldclarkplanb.blogspot.gr/2007/03/nlp-no-longer-plausibe.html

[25]. Romilla Ready, Kate Burton, Νευρο-Γλωσσικός Προγραμματισμός για πρωτάρηδες, Κλειδάριθμος, 2007, σελ. 126

[26]. http://skepdic.com/neurolin.html

[27]. Νευρο-Γλωσσικός Προγραμματισμός για πρωτάρηδες, ένθ. ανωτ., σελ. 114-115

[28]. Νευρο-Γλωσσικός Προγραμματισμός για πρωτάρηδες, ένθ. ανωτ., σελ. 111

[29]. αρκετές από αυτές παρατίθενται στο Polish Psychological Bulletin, 2010, vol.41 (2)

[30]. John Geake, "Neuromythologies in education", Educational Research, vol. 50, no 2, 2008

[31]. Robert Todd Carroll, The Skeptic´s Dictionary, Wiley, 2003, σελ. 253

[32]. www.nlpu.com/Values.html

[33]. www.nlplifetraining.com/general-articles/richard-bandler-on-healing.htm

[34]. http://www.lifefocuscenter.com/hypfaq.htm#nlp

[35]. από εσωτερικό έντυπο Αθηναϊκής εταιρείας που εκπαιδεύει στο νευρογλωσσικό προγραμματισμό

[36]. http://amaltheia.eu/

[37]. Νευρο-Γλωσσικός Προγραμματισμός για πρωτάρηδες, ένθ. ανωτ., σελ. 71

[38]. Νευρο-Γλωσσικός Προγραμματισμός για πρωτάρηδες, ένθ. ανωτ., σελ. 73

[39]. βλ. Ελένης Ανδρουλάκη, Γιόγκα και Διαλογισμός : Νεοποχίτικη θρησκευτική πρακτική με το μανδύα της άσκησης, Διάλογος, τεύχη 44-45

[40]. Νευρο-Γλωσσικός Προγραμματισμός για πρωτάρηδες, ένθ. ανωτ., σελ. 182-183

[41]. Dr Harry Adler, NLP – Η νέα τέχνη και επιστήμη για να αποκτήσετε αυτά που θέλετε, Αλκυών, 1999, σελ.220

[42]. ένθ. ανωτ., σελ. 222

[43]. Τρίτο Μάτι, τεύχος 74, Ιανουάριος 1999

[44]. http://www.nlpcoaching.com/how-many-different-kinds-of-medicine-are-there/

[45]. Δημητρίου Μπούκα και Ροδιανής Βορεάδου, Η τεχνολογία της αλλαγής - Γνωριμία με το NLP, Αριστεία, 2000, σελ. 181-182. Σημείωση : το κείμενο που παραθέτω χρησιμοποιείται για την θεμελίωση επιστημονικών απόψεων, με παραπομπή στο πρωτότυπο, πράγμα που επιτρέπεται ρητά από το άρθρο 19 του νόμου 2121/93 περί πνευματικής ιδιοκτησίας.

[46]. Margaret Singer, & Janja Lalich, Crazy Therapies : What Are They? Do They Work? Jossey-Bass, 1996, σελ. 168

[47]. www.healthsurvey.com/nlpeducation.htm

[48]. http://www.guardian.co.uk/education/2008/feb/26/schools.teaching

[49]. Θεοφάνους Μπούκα, Δημητρίου Μπούκα, Ροδιανής Βορεάδου, Ξεπετάξτε το Διάβασμα, Επιμορφωτική Συμβουλευτική 2006, σελ. 10

[50]. ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Αυτά που γράφω αποτελούν απόψεις επιστημονικές και δεν έχω καμία πρόθεση να προσβάλω την τιμή και την υπόληψη κανενός, την οποία δηλώνω ότι σέβομαι δεόντως.

[51]. Dr Jean-Marie Abgrall, Healing or Stealing? Medical Charlatans in the New Age, Algora, 2001, σελ. 155-156

[52]. ΣΗΜΕΙΩΣΗ: Αυτά που γράφω αποτελούν απόψεις επιστημονικές και δεν έχω καμία πρόθεση να προσβάλω την τιμή και την υπόληψη κανενός, την οποία δηλώνω ότι σέβομαι δεόντως.

[53]. βλ. Πρωτοπρ. Κυριακού Τσουρού, Η Αποτυχία… της «Δυναμικής της Επιτυχίας», Διάλογος, τεύχη 34-36

[54]. Αλίαρτος, 1995, αριθμός 349

[55]. http://www.psycho-dynamics.com/

[56]. † π. Αντωνίου Αλεβιζόπουλου, Αυτογνωσία, Αυτοπραγμάτωση, Αυτοσωτηρία, εκδ. Ι.Μ. Νικοπόλεως, 1991,σελ. 65-88

[57]. η οποία παρουσιάζεται ως «η πρώτη Ελληνική μέθοδος αυτοβελτίωσης», www.sferiki.gr/web/sferiki/idea

[58]. http://www.unadfi.org/descriptif,834

**Η/Υ ΠΗΓΗ:**

**ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΣ ΓΛΥΦΑΔΑΣ**

**http://www.imglyfadas.gr/portal/gr/details.asp?cdPro=%7B1802BD66-1D45-4242-8DF1-7170F8F81479%7D**