



ALKUAJATUS



Aktiivi-illanopas

Opas Aktiivi-iltojen pitämiseen

”Totuus palkitsee ne, jotka sitä tarkastelevat” Hannu 2013

Alkuajatuksen materiaalia – © Hannu 2013 Kaikki oikeudet pidätetään. – 1. painos – versio 2

<http://www.alkuajatus.org/suomi/>

Aktiivi-ilta

Kokeile uutta ja erilaista tapaa viihtyisän illan järjestämiseksi.

Aktiivi-illan voi pitää kotona, mökillä, leirillä tai kesäpäivänä puistossa.

Aktiivi-illan voi pitää tilaisuuden pääteemana tai yhdistää sopivaan kohtaan tilaisuutta.

Aktiivi-ilta on Alkuajatuksen aktiivikirjojen avulla pidettävä tilaisuus, jossa kohotetaan sisäistä vapautta ja tietoisuutta omasta itsestä. Silloin tehdään yksin ja yhdessä oivalluksia, jotka avaavat kunkin mieltä omalle itselleen. Ne kohentavat myös ryhmän ymmärrystä elämästä ja kasvattavat ryhmän jäsenten läheisyyttä.

Oivaltaminen tuottaa iloa ja mielenkiintoisia, aidosti viihdyttäviä keskusteluita.

Aktiivi-illalla autat itseäsi ja samalla muita.

Sisäisen vapauden kasvu parantaa sisäistä rauhaa ja selkeyttää mieltä, joka tuottaa myös hyvää oloa. Samalla Aktiivi-ilta lähentää ryhmän jäseniä laadukkaan kanssakäymisen ja ryhmän yhteisen tietoisuuden vahvistuessa.

Aktiivi-ilta on kehittävää viihdettä, erilaista ajanvietettä, joka antaa kullekin jotain sellaista, mitä me kaikki haluamme saavuttaa. Se auttaa meitä löytämään itsestämme sitä sisäistä valoa, jota jokainen kaipaa, eikä sitä valoa löydä perinteisestä viihteestä.

Vaatimukset

Nimi Aktiivi-ilta juontuu siitä, että vastaavia tilaisuuksia yleensä pidetään ja on alun perin pidetty iltaisin, mutta Aktiivi-illan voi vällan hyvin pitää vaikka aamupäivällä.

Aktiivi-illan järjestäjänä toimii siihen halukas henkilö. Hänellä ei tarvitse olla kokemusta Aktiivichateista, Oivalluschateista, Oivallusilloista tai Oivalluspajasta, mutta on hyvä pyrkiä osallistumaan niihin tai johonkin niistä, jotta kokemus helpottaisi Aktiivi-iltojen suorittamista.

Kullakin osallistujalla tulisi olla oma Aktiivi-illan aiheeseen liittyvä aktiivikirjansa

On hyvä tulostaa myös tämä ohjekirjanen kokonaisuudessaan, jotta kaikki voisivat lukea myös tämän ohjeen ja myös palata tähän ohjeeseen aina halutessaan.

Kirjat voi kukin hankkia itse tai esimerkiksi järjestäjä voi tilata ne kaikille yhteistilauksena, jolloin säästää rahtikuluissa.

Oman tietoisuuden kohottaminen edellyttää sitä, että voi itse paneutua kirjaan tai aiheeseen perusteellisesti. Jotta tämä toteutuisi, tulee itse, henkilökohtaisesti, lukea kirja tai aihe ja palata siihen aina halutessaan. Tämän seikan tärkeyttä ei kannata väheksyä.

Aktiivi-iltojen pitäminen antaa hyvät valmiudet tulla myös Oivallusillan ohjaajaksi ja pitemmällä tähtäimellä myös Oivalluspajan ohjaajaksi.

Aktiivi-illan kesto on yhdestä kolmeen tuntia, riippuen läpikäytäväksi valitun materiaalin määrästä. Tilaisuus voi venyä helposti, kun osallistujilla tulee mieleen puhuttavaa.

Järjestelyt

Kerää ystäviäsi yhteiseen iltaan, jossa Aktiivi-ilta on keskeisessä roolissa.

Varmistu siitä, että jokaisella on hyvissä ajoin oma aktiivikirjansa.

Aktiivikirjat riittävät hyvin moneen Aktiivi-iltaan.

Illan yhteydessä on ihan hyvä olla jotain pientä naposteltavaa ja juotavaa, vaikka pullakahvit.

Napostelut on parasta suorittaa ennen aktiivikirjaan paneutumista tai sen jälkeen, jotta aiheeseen paneutuminen olisi ilman häiriöitä ja keskittyminen olisi parempaa.

Tilaisuuden voi järjestää kotona, mutta kesällä sen voi pitää vaikkapa puistossa, leirillä tai mökillä.

Aktiivi-illat ovat viihtyisiä tilaisuuksia, joissa syntyy oivalluksia, hymyä ja nauruakin. Kokemuksemme mukaan ne ovat hyvin viihtyisiä iltoja.

Ohjaajan ohjeita

Ohjaaja on itse yksi osallistujista ja hän paneutuu aiheeseen ja ottaa osaa keskusteluun kuten toisetkin.

Ohjaajan tehtävä on huolehtia asioiden kulusta. Hän ei ole opettaja, hän huolehtii siitä, että pysytään asiassa ja liikutaan siinä eteenpäin.

Tarvittaessa hän jakaa puheenvuoroja tai palauttaa keskustelun asiaan, jos se alkaa rönsyillä turhan paljon ja lähtee sivuraiteille.

Aktiivi-ilta aloitetaan siten, että kukin lukee valitun aiheen itsekseen.

Kun kaikki ovat suorittaneet lukemisen, lukee ohjaaja tekstin kappale kerrallaan ääneen ja varmistaa, että kaikki ovat ymmärtäneet tekstin täysin. Kun aihe on käyty läpi, tartutaan kysymyksiin yksi kerrallaan.

Osallistujat pitävät kirjansa koko ajan esillä, voidakseen mikä tahansa hetki lukea uudestaan haluamansa kohdan aiheesta.

Kukin osallistuja pyrkii vastaamaan kysymykseen, kertomalla mitä se nostaa hänen mieleensä tai mitä hän oivalsi asiasta.

On hyvä pyrkiä löytämään käytännön esimerkkejä tai muuta, mikä selkeyttää asian suhdetta elämään ja omaan itseensä.

Kysymykseen ei ole pakko vastata, jos joku ei koe haluavansa tai kokee, ettei tule mitään mieleen.

Kun kukin on vastannut kysymykseen, voi asiasta keskustella vapaasti ja tuoda esiin havaintojaan asian tiimoilta.

Kyseessä ei ole tietokilpailu, jossa odotettaisiin oikeata vastausta. Kyseessä on vapaa keskustelu, jossa kukin tuo esille asiaan liittyviä havaintojaan.

Kun yksi kysymys on käyty läpi siten, että se tuntuu valmiilta, siirtää ohjaaja keskustelun seuraavaan kysymykseen.

Kun kaikki kysymykset on käyty läpi, jatkuu vapaa keskustelu sen aikaa, kuin osallistujat haluavat tai käytettävissä oleva aika on kulunut loppuun.

Viimeisellä sivulla on palautelomake, jota voi käyttää, jos haluaa muistaa miten Aktiivi-illat on koettu.

Kuinka saada paras hyöty Aktiivi-illasta?

Alkuajatus ei perustu tiedon uskomiseen. Tarjolla olevaa tietoa ei pidä lähestyä siten, että ymmärtää kirjoitetun ja varastoi sen tietona johon uskoo, jota pitää totena.

Sellainen tapa suhtautua tietämiseen ei johda Alkuajatuksen tarkoituksen mukaiseen tulokseen.

Tiedon tarkasteluun tulee keskittyä huolella aina kunnes ymmärtää tiedon.

Älä irrota yksittäisiä lauseita tai tekstin osia kokonaisuudesta. Irrallisilla lauseilla tai tekstin osilla ei ole mitään merkitystä ilman kokonaisuutta, johon ne liittyvät.

Tarkastele Alkuajatusta Alkuajatuksen valossa. Älä sotke kirjoitetun tulkintaan muita ajatuksia, koska ne muut ajatukset eivät avaa Alkuajatuksen kirjoitusten tarkoitusta. Ne muut ajatukset liittyvät niihin muihin ajatuksiin, eivät Alkuajatukseen.

Aiheen lukeminen vertaamalla sitä johonkin muuhun tietoon tai väittämään, antaa asiasta väärän kuvan, koska lukija sotkee eri asioita toisiinsa.

Pyri ymmärtämään Alkuajatusta sen näkökulmasta, koska sitä ei voi ymmärtää muista näkökulmista käsin.

Pyri ensin ymmärtämään sanojen ja lauseiden sekä kirjoituksen kokonaisuuden merkitys.

Tarkastele sen jälkeen tietoa aina kunnes löydät sen sisältäsi ja sinulle valkenee mihin tieto liittyy ja näet tiedon olevan totta.

Mikään tieto ei ole totta sinulle, ennen kuin näet sen sisälläsi.

Kun näet tiedon sisälläsi jollain tasolla aiempaa selkeämmin, olet oivaltanut tiedon.

Tiedon voi ymmärtää monella tasolla, mutta ymmärtämistä on vain sen näkeminen sisällään. Muussa tapauksessa tietoa ei ole tavoitettu.

Kun paneudut samaan asiaan useamman kerran, paranee oivalluksesi ja sisäinen maailmasi selkenee edelleen. Tällöin tietoisuutesi asiasta paranee.

Keskity huolella, älä ole kärsimätön. Älä etsi uutta ja mielenkiintoista uusista asioista, etsi uutta ja mielenkiintoista uusista oivalluksista.

Totuuden lähestyminen ei ole tietojen keräämistä, se on tiedon ymmärtämistä ja oivallukset ovat totuutta lähestyviä askelia.

Jokainen oivallus on askel sisäistä selkeyttä kohden.

Älä arvostele mieleesi tulevia ajatuksia, tarkastele niitä. Älä myöskään arvostele toisten sanomia asioita, tarkastele niitä.

Arvostelu on jokin käsityksen negatiivista soveltamista, se ei ole tiedon tai mieleen tulevan ajatuksen avointa ja vapaata tarkastelua.

Ole tietoinen siitä, että tiedon ja tietoisuuden avautuminen edellyttää monen tiedon avautumista ja monia oivalluksia kustakin asiasta, ennen kuin se alkaa todella aueta ja sisäinen selkeys kasvattaa sisäistä rauhaa. Älä siis hätäile. Tee työtä ymmärryksen kasvun eteen määrätietoisesti ja huolella keskittyen.

Ja muista, että ei ole olemassa oikoteitä.

Älä luota muistiin, lue tämä ohje uudestaan ja uudestaan, jotta voisit terästä näkemystäsi tästä asiasta.

Keskusteluohje

Kun asioista keskustellaan, pysy asiassa ja vältä kaikkia rönsyjä, jotka vievät asiaan keskittymisen pois raiteiltaan.

Mitä paremmin keskustelijat pysyvät käsiteltävässä aiheessa, sitä paremmin se palvelee kyseisen asian ymmärtämistä.

Muut asiat kuuluvat muihin yhteyksiin.

Pyri esittelemään sanottavasi mahdollisimman selkeästi.

Pyri olemaan ytimekäs asiiasi esittelyssä, vältä pitkiä puheita, jotka sisältävät tarpeettomia asioita tai saman asian toistoa. Aktiivi-illan aika on rajattu ja kaikkien tulee saada aikaa puhumiseen.

Älä epäröi kertoa toisille mitä olet kokenut tai mitä olet ymmärtänyt aiheesta. Kun puhut asiasta, vahvistat itseäsi ja autat samalla toisia tarkastelemaan asiaa siten kuin sinä olet sen ymmärtänyt.

Muista, että ryhmän yksimielisyys asiasta ei ole totuus. Totuus on se mikä se on.

Ryhmän käsitykset auttavat yhteisen todellisuuden muodostumista, mutta se ei ole totuus. Ryhmän yksimielisyys, joka perustuu totuustason kasvuun, on uudistunutta ryhmän ajatusta, laadukkaampaa ryhmän ajatusta ja korkeamman totuustason ryhmän ajatusta.

Totuuden etsintä on henkilökohtainen asia. Luo itsellesi suora suhde kirjoitettuun Alkuajatukseen ja käytä sitä välineenä totuuden etsintään sisältäsi.

Aiheen tarkastelu Aktiivi-illassa

Tarkoitus on, että jokainen luo itse oman suoran suhteen aktiivikirjan tekstiin.

Jotta tämä oma suora suhde toimisi, tulee kunnioittaa niin omaa kuin toistenkin vapautta löytää itsenäisesti oivalluksia asiasta.

Tarkoitus on, että kukin kertoo omista oivalluksistaan ja samalla mahdollisesti auttaa toistenkin näkemyksien avautumista.

Aiheen sisältöä ei saa alkaa opettajamaisesti selittää toisille, siis kertoa mitä kirjan teksti tarkoittaa tai kuinka se tulee ymmärtää. Aktiivi-illassa tarkoitus on keskittyä omakohtaisesti Alkuajatuksen aktiivikirjaan, ei jonkun henkilön käsityksiin siitä.

Tarkoituksenmukaista ei ole myöskään sellainen asenne, joka pyrkii olemaan oikeassa ja saamaan toiset olemaan väärässä.

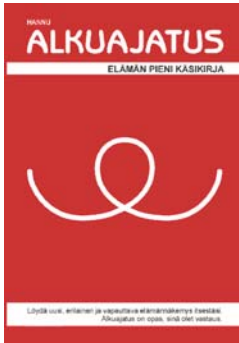
Kyseessä ei ole väittely, vaan aiheeseen paneutuminen vapaana ja kunkin vapautta tulee kunnioittaa.

Aktiivikirjan tekstin selittämisestä muodostuu ulkoinen paine, joka sisältää ajatuksen oikeasta tavasta ymmärtää tekstin sisältö. Se tukahduttaa osallistujan vapauden luoda oma henkilökohtainen, suora suhde aktiivikirjan tekstiin ja säilyttää vapaus omiin itsenäisiin oivalluksiin.

Tällä tavalla luotu "oikea tapa ymmärtää teksti" on ulkoisen ajatuksen istuttamista osallistujien mieleen ja se estää tiedon vapaata lähestymistä. Siksi se on harhaanjohtavaa.

Selkeyden saavuttamisen ehto on henkilön oma, vapaa suhde tarkastelun kohteeseen. Ulkopuolinen vaikutus heikentää sitä.

Tekstiä ei tule selittää, eikä sen selittämistä tule hyväksyä, oli selittäjä kuka tahansa.



Alkuajatus – Elämän pieni käsikirja

Kirja esittelee Alkuajatuksen perusasiat ja auttaa ihmistä selkeyttämään itselleen omaa sisintään. Jotta oma sisin voisi selkeytyä, on henkilö voitava nähdä itse miten sisäinen maailma toimii ja mitä se on.

Alkuajatus on ainutlaatuinen, se ei ole vanhojen uskontojen tai henkisen tiedon toistamista, jota on tarjolla yllin kyllin. Se ei myöskään ole psykologiaa, jota Alkuajatus pitää vain yhtenä vallan välineenä muiden uskontojen joukossa.

Alkuajatus on kartta kotiin, se ei ole totuus, se on totuuden löytämisen väline.

ISBN 9789524982900



Opi kuuntelemaan itseäsi 1 aktiivikirja

Monitoiminen aktiivikirja. Voi käyttää itsekseen tai ryhmässä.

Keskitymme tässä kirjassa sisäisen vapauden kohentamiseen, sitä estäviin syihin ja siihen miten aitoa minuutta voi lähestyä.

Kotisivulla lisätietoja Aktiivi-illoista ja Aktiivichattista, jossa kokoonnutaan yhteen keskustelemaan kirjan aiheista.

ISBN 9789522866622

www.alkujatus.org

Mitä Alkuajatus on?

Alkuajatus on olemassa olevien määritelmien mukaan määriteltävä uskonnoksi tai uskonnolliseksi filosofiaksi. Se on tosiasiaa epätarkka ja jopa helposti harhaanjohtava määritelmä, mutta ehkä lähin mahdollinen.

Alkuajatus liene ainoa uskonnon kaltainen, joka kieltää uskomisen sanoen, että uskomisessa on valheen siemen. Vaatimus tietoon uskomisesta on vallan käytön väline. Ihmisiä on kautta aikain alistettu erilaisten henkiseksi itseään väittävillä ajatuksilla, joihin on liitetty vaatimus uskomisesta.

Mielikuvitustarinoihin pitää uskoa, koska niille ei ole olemassa tosiasiallisia perusteita, eivätkä ne kestä totuutta, vaan hajoavat. Valheisiin pitää uskoa, koska nekään eivät kestä totuutta, vaan hajoavat. Totuuteen ei tarvitse uskoa, se on ja pysyy sellaisena kuin mitä se on kaikissa olosuhteissa, olimme me siitä mitä tahansa mieltä. Sitä saa tarkastella ja kyseenalaistaa tuhannesti, eikä se siitä mene rikki, paremminkin kirkastuu.

Yhtäläillä Alkuajatus on uskonnoksi poikkeuksellinen sanoessaan, että Alkuajatus ei ole totuus, se on totuuden tarkastelun ja löytämisen väline. Totuutta ei voi saattaa sanoiksi, kuviksi tai ajatuksiksi. Sitä voi kuvailla ja kunkin tulee itse oivaltaa se. Ilman aitoa oivallusta ei henkilöllä ole totuutta, on vain nippu sanoja, ehkä kauniitakin.

Suomen kielen sana ”uskonto” on hieman heikko kuvaamaan uskonnon luonnetta, koska siitä tulee miellelyhtymä uskomiseen. Useissa etenkin eurooppalaisissa kielissä se on religion (pienin vaihteluin). Se tulee latinan sanasta ”religare”, re = jälleen ligare = yhdistyä. Se kuvaa varsin hyvin sitä mitä uskonnon tulisi olla eli jälleenyhdistymistä Itseen, paluuta alkuperään. Käytännössä mainituissa eurooppalaisissa kielissä sanan alkuperäinen tarkoitus on tosin unohtunut ja suomen kielen sana ”uskonto” on lähempänä sitä miten religion-sana ymmärretään. Johtunee siitä, että uskomiseen perustuvat ajatukset valloittivat maailman jo kauan sitten.

Aktiivi-illan palaute



Päivämäärä:

Aktiivikirjan nimi:

Kirjan luku:

Miten koit Aktiivi-illan annin itsellesi?

- Erittäin hyvä
- Hyvä
- Kohtuullinen
- Jonkinlainen
- Ei minkäänlainen

Mitä koet saaneesi Aktiivi-illasta tällä kertaa?

Kirjoita lyhyesti ja selkeällä käsialalla

Tämä on palautelomake osallistujien täytettäväksi. Tämä on hyödyksi osallistujalle, joka tekee yhteenvedon omasta kokemuksestaan ja vahvistaa sitä. Tulostetaan tarpeen mukaan.

Tätä voi käyttää omaan Aktiivi-iltojen seurantaan ja myös siihen, että tekee yhteenvedon ja lähettää sen Alkuajatukselle, joka mielellään ottaa vastaan palautetta Aktiivi-illoista.