



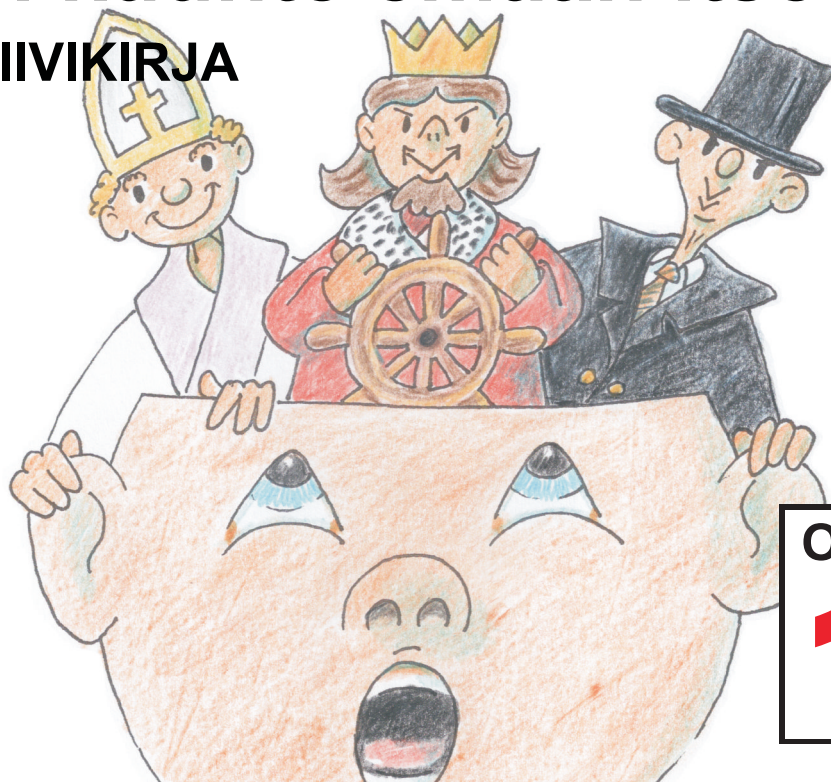
ALKUAJATUS

WWW.ALKUAJATUS.ORG

HANNU

Opi kuuntelemaan itseäsi

AKTIIVIKIRJA



OSA

1

AKTIIVIKIRJAN PAKETTI:

KIRJA + AKTIIVICHATTI NETISSÄ

Pidä Oivallusilta kotonasi, erilainen, unohtumaton ilta elämännäkemyksen kohottamisen parissa. Lataa maksuton ohje netistä

Yhdistetty Internet-palvelu ja kirja

**Työskentele itseksesi, pidä kavereiden kanssa
Oivallusiltoja ja osallistu kirjan Aktiivichattiin netissä**



Alkuajatus

Opi kuuntelemaan itseäsi 1

AKTIIVIKIRJA

Yhdistetty Internet-palvelu ja kirja

*”Älä anna hänelle uskomuksia tai valmiita vastauksia,
opeta hänet kuuntelemaan itseään.”*

Hannu 2013

Vastuu: Lukija on yksin vastuussa siitä miten hän käyttää kirjaa, ymmärtää kirjan sisältöä ja mitä hän kirjan perusteella tekee tai kokee. Yksikään taho, joka on ottanut osaa kirjan kirjoittamiseen, valmistamiseen, toimittamiseen tai muulla tavalla osallistunut asiaan, ei ole vastuussa mainituista asioista välittömästi tai välillisesti.

Kirjan koko sisältö kansineen on tekijänoikeuslain suojaama.

Sisällön lainaaminen lain hengen ja hyvien tapojen vastaisesti on ehdottomasti kielletty. Kirjan tekstiä tai kuvia ei saa kopioida kokonaisuudessaan tai osittain millään tavalla tai missään muodossa mihinkään.

www.alkuajatus.org

Alkuajatus: Opi kuuntelemaan itseäsi 1 aktiivikirja

Tekijänoikeus: Hannu 2013

Kirjoittaja: Hannu

Kansi, kuvitus ja taitto: Hannu

Alkuperäiskieli: Suomi

1. painos, julkaistu vuonna 2013

Kustantaja: Books on Demand GmbH, Helsinki, Suomi

Valmistaja: Books on Demand GmbH, Norderstedt, Saksa

ISBN: 9789522866622

Sisällysluettelo

Tämä teos	5
Miksi vaivautua sisäisen vapauden tähden?	7
Kuinka paneutua?	10
Miten tarkastella?	14
Mitä tarkastella?	16
Mitä vastauksia etsimme?	17
Mistä aloitamme?	18
Miten saavuttaa totuus?	20
Uutta ja lisää?	22
Älä usko tietoon	23
Voiko elämää ja toisia ihmisiä ymmärtää?	24
Voiko eheyttää itse itsensä?	25
Elämä on sisäinen kokemus	26
Totuus	27
Valhe	28
Aito minuus eli Itse	29
Syntymisen syy	30
Henkilö	31
Keinohenkilö	33
Tietoisuustaso ja vapaus	36
Ajattelu	37
Maailman ajatus	38
Vapaa maailma	41
Vastaukset	42
Oma vastaus	43
Todellinen minuus eli Itse	44
Itsensä kuunteleminen	45
Aktiivichatti netissä	46
Muita Alkuajatuksen kirjoja	47

Älä kopioi tai plagioi tämän kirjan ajatuksia. Jos koet ne sen arvoisiksi, että haluat kertoa niistä, ole vastuullinen ja kerro ihmisille tästä kirjasta eli ajatuksen lähteestä, älä vain omista ajatuksistasi, jotka syntyvät tämän kirjan ajatuksen perusteella. Auta ihmiset saman lähteen äärelle. Muu olisi epärehellistä ihmisiä kohtaan ja myös itseäsi kohtaan.

Alkuajatus on itsenäinen, alkuperäinen ajatus ja oma kokonaisuutensa, joka ei perustu muihin ajatuksiin. Älä sotke eri ajatuksia keskenään tarkastellessasi asioita. Kukin on omansa ja tarkastelee asioita omasta näkökulmastaan. Ne eivät ole samoja ajatuksia, vaikka niissä olisi jotain samankaltaisuutta tai ne käsittelevät samoja asioita.

Kun puhumme sisäisen maailmamme tiedosta, vain alkuperäisellä tiedolla on arvo. Tietoa sisäisestä löytää vain paneutumalla omaan sisimpäänsä. Ulkoa päin tehty tutkimus ei tuota tietoa sisäisestä, se tuottaa tietoa ihmisten reaktioista ja käyttäytymisestä. Sillä tutkimuksella ei ole mitään suoraa suhdetta ihmisen sisimpään.

Tieto, joka on koottu toisten sisältään löytämän perusteella, on toisen käden tietoa, jonka kertojalla ei ole omaa suoraa suhdetta tietoon. Ilman omaa henkilökohtaista sisäisen todellisuuden näkemistä se on ajattelun tuote, mielikuvituksen tuote.

Totuus ei ole koktaili, joka voitaisiin kerätä kasaan vähän sieltä täältä oman mielen mukaan näennäisesti yhteensopivista palasista, tai löytää ulkoa käsin tutkimalla ja luoda ajattelemalla.

Tämä teos

Tämä teos ei kerro sinulle valmiita vastauksia. Tämä teos auttaa sinua tarkastelemaan asioita siten, että löydät sisältäsi omat vastauksesi.

Tässä teoksessa paneudutaan oman itsen kuuntelemisen kannalta katsoen perusasioihin, jotka ovat ehdottoman tärkeitä ymmärtää, jotta itseään voisi oppia kuuntelemaan lainkaan.

Alkuajatus ei tee kenestäkään omaa itseään. Alkuajatus auttaa henkilöä lähestymään aitoa minuuttaan asioita tarkastelemalla ja oivaltamalla.

Alkuajatus ei kerro miten tulee elää, millainen tulee olla, mikä on oikein tai väärin, hyvä tai huono. Kaikki nämä ovat asioita, joihin kunkin tulee vastata itse itselleen.

Tähän kirjaan on hyvä paneutua kunnolla. Ilman hyvää paneutumista tämä toimii yhtä hyvin kuin syömätön ruoka.

On hyvä tiedostaa, että henkilön sisimpään ei voi paneutua kukaan toinen, vain henkilö itse. Jos ei itse vaivaudu, mikään ei muutu, eikä mikään tule paremmaksi, huonommaksi kylläkin.

Tähän kirjaan voi paneutua perusteellisesti ja samalla ottaa askelen kohti suurempaa sisäistä vapautta. Tai tämän voi lukaista pikaisesti läpi ja menettää tilaisuutensa löytää etsimänsä.

Tämän kirjan annista suurin osa syntyy lukijan omista oivalluksista, jotka ovat tulosta hyvästä paneutumisesta ja ne ovat tämän kirjan tavoite.

Miksi vaivautua sisäisen vapauden tähden?

Käytämme elämästämme ainakin pari ensimmäistä vuosikymmentä kasvaaksemme olemaan joku toinen. Olemme nähneet paljon vaivaa sen eteen ja oppineet maailman arvot ja maailman opettamat vastuut.

Saatamme kokea henkilömme olevan opetetun mallin mukaan oikein rakennettu ja haluamme saavuttaa luvatus palkinnon eli menestyksen.

Emme halua huomata, että henkilömme ei olekaan oma itsemme, eikä se vastaa omaa sisäistä tahtoaamme, eikä opittu todellisuuskäsitys ole totta.



1. Miksi koemme vaikeaksi luopua opetetuista malleista?

Sen sijaan, hyvin tavallisesti, haluamme etsiä ratkaisuja, joilla voisimme korjata henkilömme siten, että voisimme menestyä paremmin opittujen unelmien toteuttamisessa.



2. Miksi pyrimme korjaamaan henkilömme opettujen mallien hyväksi?

Saatamme ajatella, että sisällä tuntuva huono olo on jokin vika, joka estää meitä tahtomme toteuttamisesta, huomaamatta, että se huono olo on seurausta siitä, että olemme väärällä tiellä, emme oman aidon tahtomme tiellä, vaan meille opetetun tahdon tiellä.

Maailman ajatukseen perustuvat opit haluavatkin meidän uskovan, että sisäinen huono olo on jotain, mikä pitäisi korjata siten, että voisimme paremmin toimia opetetun tahdon mukaan.

Sisäiseen vapauteen paneutuminen ratkaisee ongelman, todellisen ongelman, joka on aidon oman tahdon korvautuminen opetettun arvomaailman mukaisella epäaidolla tahdolla.

Ilman sisäiseen vapauteen paneutumista emme voi olla aidosti omia itsejämme, emmekä aidosti vapaita. Olemme opittujen ajatusten eli valtapelin ajatusten vankeja.



3. Miksi aitous edellyttää sisäistä vapautumista?

Moni voi kokea, että on niin raskasta paneutua sisimpäänsä, ja kokea opettujen arvojen aineelliset päämäärät sekä niillä arvoilla saatavan suosion niin tärkeinä, että he eivät halua luopua niistä.

Itse kunkin olisi hyvä pysähtyä hetkeksi ja kysyä itseltään, että haluanko olla aito itseni ja toteuttaa aitoa tahtoani, vai haluanko olla joku toinen ja olla osa valtapeliä ja sen valhetta.



4. Miksi maailman ajatus, valtapeli, ei suosi henkilön aitoa tahtoa?

Joku saattaa kokea todellisen minuutensa lähestymisen raskaana ja vaikeana, etenkin jos hän kaipaa ulkoista vahvistusta niiltä, jotka haluavat hänen olevan opetettun ajatuksen mukainen ja täyttävän heidän arvojaan.



5. Onko jokin määrä vaivaa niin suuri, että se tekisi omaksi itsekseen tulemisen kannattamattomaksi?

Ulkoista alkuperää olevat ajatukset antavat ulkoista arvostusta ja niiden varassa oleva henkilö etsii ulkoista arvostusta. Hän on

riippuvainen toisten hyväksynnästä ja suosiosta. Hän on ulkoisten ajatusten vanki ja hän kokee sisäisesti tyhjyyttä siinä määrin kuin hän on itselleen siitä rehellinen.



6. Miksi ulkoiset arvostukset tekevät riippuvaiseksi ulkoisesta arvostuksesta?

Sisäistä eli omaa alkuperää olevat ajatukset antavat sisäistä arvotusta. Henkilö kokee itse niiden arvon ja hän kokee sisäistä tasapainoa. Hän ei ole riippuvainen toisten hyväksynnästä. Hän on sisäisesti vapaa ja kokee henkistä tyydytystä elämänsä tarkoituksen toteutumisesta.



7. Miksi aidosta omasta tahdosta, omasta sisäisestä maailmasta, nouseva arvostus ei ole riippuvainen ulkoisesta arvostuksesta?

On olemassa vain yksi aito minuus, yksi aito oma tahto.

Ei ole vaihtoehtoja, eikä sitä tosiasiaa muuta kenenkään mielipide, ei edes oma.

Siksipä pitäisikin kysyä itseltään, että paneudunko sisäiseen vapauteen, vai jatkanko itseni hylkimistä olemalla joku toinen?

Kuinka paneutua?

Tätä kirjaa voi käyttää useammalla tavalla. Kullakin tavalla käyttäen on hyvä huomata kysymysten olevan olennainen osa kokonaisuutta, ne auttavat asian ymmärtämistä. Ne vahvistavat asian tarkastelua kiinnittämällä huomion tärkeisiin seikkoihin. Kun mieleesi nousee omia kysymyksiäsi, keskity myös niihin hyvin ja huolellisesti.

1. Paneutua itsekseen

Voi tehdä työtä itsekseen. Silloin lukija paneutuu asiaan kaikessa rauhassa ja vastailee kysymyksiin itsekseen omassa rauhassaan.

Kysymyksiin vastaaminen on silloin hyvä tehdä vaikkapa kirjoittamalla vihkoon.

Olennaista on kunnollinen asiaan paneutuminen. Oivallukset eivät tipu lahjana taivaasta. Ne on itse saavutettava.



8. Miksi oivallusten eteen on nähtävä vaivaa?

2. Oivallusillat

Oivallusilta on tilaisuus, jonka kuka tahansa voi pitää kotonaan. Ystävät kerääntyvät yhteen ja nauttivat oivallusten illasta.

Jokaisella tulee olla oma kirja, jotta paneutuminen todella tapahtuisi kaikessa rauhassa. Kirja on hyvä olla niin kotona kuin oivallusilloissakin.

Kukin paneutuu itsekseen ja itsenäisenä valittuun lukuun.

Kun kaikki ovat asian tarkastelussaan valmiit, käydään ohjaajan



ALKUAJATUS

WWW.ALKUAJATUS.ORG



HANNU:

Opi kuuntelemaan itseäsi 1 AKTIIVIKIRJA

Tämä kirja toimii hyvin myös johdantona Alkuajatuksen Elämän pienelle käsikirjalle.

Tutustumme perusasioihin sisäisestä maailmastamme ja ongelmasta, joka estää meitä sisäisestä vapaudesta.

Tavoite on vahvistaa henkilön kykyä kuunnella aitoa itseään ja tulla enemmän aidoksi itsekseen. Tämä kasvattaa sisäistä tasapainoa ja rauhaa.

Yhdistetty Internet-palvelu ja kirja

MONITOIMINEN AKTIIVIKIRJA

Itsekseen opiskelu

Aktiivikirja sopii hyvin myös yksinopiskeluun.

Oivallusillat

Pidä Oivallusilta kotona ystäviesi kanssa. Oivallusilta ei ole tylsä! Kirjan aiheet ja kysymykset antavat oivan ja viihtyisän pohjan Oivallusillalle, joka kasvattaa elämännäkemyksiä. Pidä unohtumattomia erilaisia iltoja.

Aktiivichatti

Kirjan hankkineille on netissä Aktiivichatti *), jossa tämän kirjan aiheita ja kysymyksiä käydään läpi yhdessä toisten kanssa. Chateissa on aina viihtyisää.

*)Sisältää ensimmäisen ostajan, yhden henkilön, osallistumisen tämän kirjan Aktiivichatteihin.

Ilmainen opas

Saat maksutta kotisivulta oppaan, joka on avuksi Oivallus-iltojen järjestäjälle ja myös niihin osallistuville.

ISBN: 978-952-286-662-2

HUOMAUTUS:

Tulosten saavuttaminen edellyttää asiaan paneutumista ja asian ymmärtämistä.



9 789522 866622