

Andragoški center Slovenije

ŠTUDIJSKI KROŽEK

»Notranji management«

Ekologija duha

Seminarska naloga

Društvo Hosta
Marjeta Šumrada

Vrhnika 8.oktober 2018

KAZALO

Stran

1.	UVOD	3
2.	VSEBINSKI VIDIK ŠTUDIJSKEGA KROŽKA	5
	a) Zakaj je ŠK primerna izobraževanja Oblika	
	b) Opredelitev izziva	
	– Pripravi analizo stanja SWOT	
	– Vsebina dela	
	– Izobraževalni cilji	
	– Akcijski cilji	
	– Ciljna skupina	
3.	ORGANIZACIJSKI VIDIK ŠK	14
	a) Opredelitev matične ustanove in prostorov srečevanja	
	b) Metode dela	
	c) Kako boste vrednotili vaše delo	
4.	ZAKLJUČEK	15
5.	LITERATURA	16

1. UVOD

Materialno obilje in duhovna revščina

Danes je najti zelo malo ljudi, ki živijo to, kar so, ne glede na to, kar se jim godi. Bolj ali manj smo nekakšen učinek prostora in časa, stopnje zavesti in načina razmišljanja okolja, v katerem rasemo. Pričamo fenomenu vsesplošne neiskrenosti, s katero smo se odrezali od prvobitne inteligence. Ta rez nas oropa tega, kar smo in nas sili v postajanje nečesa, kar nismo. Z gledišča energije zavesti je to nepotreben trud, ki se mu lahko brez strahu odpovemo. Danes živimo ljudje z najvišjim materialnim udobjem v vsej zgodovini, vseeno pa ne moremo reči, da smo generacija senzibilnih, povezanih, osmišljenih in radostnih ljudi. Smo generacija z najvišjo stopnjo depresije, senilnosti, demence, tesnobe, smrtnih bolezni ter najvišje porabe zdravil in drog. Seganje mladih po drogah kaže na iskanje prvobitne notranje klime, ki jo ne najdejo okoli sebe. Generacija pred njimi bi morala z zgledom pustiti za seboj za stopnjo bolj ozaveščeno generacijo kot je sama, danes pa pričamo o sedemkratnemu upadu zavedanja samo v eni generaciji. Vsak otrok je bolj podružbljen, bolj ujet v svet stvari, v svoj intelekt in bolj gluha, nepismena za duhovno življenje.

Človeški mehanizem

Biti radosten in v razumevanju ni cilj človekovega življenja, temveč pogoj, ozadje, iz katerega šele rastejo zdrave pobude za življenje. Poskusimo pripraviti mizernega človeka, da bo naredil nekaj lepega in navdihujočega. To je povsem nemogoče. Medtem ko radostnemu ne potrebujemo reči ničesar, saj je navdihujoča že sama narava radosti. Obstaja pripomoček neskončno bolj zanimiv kot je katerakoli tehnološka 'igrača', to je človeški mehanizem ali stroj človeka. V preteklosti smo na to gledali preveč emocionalno (renesansa) ali preveč intelektualno (ind. in tehn. revolucija). Zdaj smo v času, ko mora duh zavladati materiji in opustiti preživelo vladavino materije nad duhom. Ne glede na to, v katero obdobje človekovega razvoja pogledamo, vselej je bila tendenca človekovega udejstvovanja širitev in rast po vedno večjem in po vedno širšem. Točka, na kateri smo danes, nas trezni v uvidu, da skozi materijo ne moremo potešiti te sle po širitvi. Radi bi brezmejnost, a se jo lotevamo skozi materijo, ki je sama po sebi omejitvev.

Upravljanje s človeškim mehanizmom

Ko rečemo človeški mehanizem, to razumemo kot nekaj sistematičnega, nekaj kar lahko spoznamo in upravljamo. Vsako živo bitje in vsak pojav v naravi je svojstven mehanizem neprekinjene dinamike življenja. Dan naj je izjemno sofisticiran mehanizem, ki se ga moramo naučiti uporabljati, kajti tega, kar smo uničili, ne moremo popraviti na ta isti način. Vse, kar smo do sedaj naredili v smeri reševanja planeta ali dobrobiti življenja na njem, smo še drastično poslabšali. To je tako, sprva podelimo Nobelovo nagrado izumitelju dizelskega motorja, ki se je v 100 letih izkazal za pravega uničevalca življenja, nato jo podelimo izumitelju čistilne naprave, ki naj bi to onesnaženje očistila. Obe napravi pa sta stroj in terjata enako onesnaženje za izdelavo, pogon, ohranjanje in odstranitev. V svojem reševanju se le vedno bolj dušimo v lastnih iztrebkih. Nekdo, ki uniči, ne more tudi rešiti.

Senzibilnost kot vzvod upravljanja človeškega mehanizma

Kadar želimo upravljati z neko zapleteno napravo, moramo prebrati navodila za uporabo, sicer le pritiskamo ta in oni gumb in dobivamo naključne rešitve. Kadar želimo ravnati s človeškim mehanizmom potrebujemo senzibilnost, sposobnost čutenja tega, kar se dogaja v nas in zunaj nas. Že najrahljša zamišljenost nas odreže od senzibilnosti in spregledamo življenje, ki je med tem zbežalo mimo. V iskanju dobrega življenja smo uničili sebe in planet. Razumeti moramo, da je ekološka katastrofa posledica tega, da ne znamo biti radostni po svoji izvorni naravi. Ekološka katastrofa je posledica nezadovoljstva, ki ga poraja prvobitna neuresničenost. Danes smo ljudje podobni umetno vzgojeni roži, ki sicer izgleda enako kot divje rasla, a nima vonja. V svojem procesu rasti ni koreninila v zemlji, temveč v nekakšni vodi s hranivi, ni začutila sonca, ker je zaprta v tople grede ali obsevana z UV lučmi, nanjo ni sedla ena čebela, veter ji ni enkrat pobožal listov in človek je ni enkrat dotaknil z ljubečo pozornostjo. Roža izgleda kot roža, a v sebi nima duha, nima vsebnosti življenjske esence, v sebi nima etra, saj je eter učinek živosti.

Proces rasti rože mora potekati tako, da bo vonj samodejna posledica ustrezne nege in primernih pogojev. Sleherni cvet v naravi nas opominja na to, saj ga ni cveta brez etra. Pravilen način nege nam je že dan, vse je že izumljeno, ničesar nam ni treba na novo izumljati, samo sprostiti se moramo in pustiti življenju, da dela po svoje. Enako se moramo naučiti uporabljati človeški mehanizem, ki je že popoln sam po sebi, le pustiti mu je treba, da se izživi in mu ne vsiljevati svojega programa.

2. VSEBINSKI VIDIK ŠTUDIJSKEGA KROŽKA

Duhovna pismenost

Kadar izhajamo iz intelekta, potem je samodejen zaključek ločevanje, razdeljevanje, kategoriziranje... vseeno katerega področja človekovega delovanja se loti. Tudi duhovnost ni ušla temu in je iz ene same življenjske sile, ki poganja celotno veselje, naredil množico ver in verovanj, v imenu katerih delamo strašne poteze. Je samo eno življenje in duhovnost ne pomeni pripadati tej ali oni veri, sekti, skupnosti, verovati v Alaha, Boga, Shivo, Budo, Inari, Wakantanko, itd.. Duhovnost je razširiti horizont zaznavanja tako navzven kot navznoter in nima nič opraviti z verovanjem. Sposobnost zaznavanja je entiteta sama na sebi in jo lahko imenujemo zaznavno telo, ki ima svoje zakone, katerim je podvrženo. Zaznavno telo se lahko širi in krči. Kadar je človek v stiski, žalosti, stresu, nezadovoljstvu... takrat se zaznavno telo stisne, kadar je nekdo radosten, navdušen, vesel... takrat se zaznavno telo odpre in razširi.

Človeška inteligenca v štirih segmentih

1 Intelekt; oster ali top, instrument za seciranje. Kadar želi znanstvenik raziskati rožo, jo bo razstavil na pradelce in rožo popolnoma zgrešil. Če bi hotel videti rožo, bi jo moral sestaviti nazaj in pritrditi nazaj v življenje, a za to početje še vedno uporablja intelekt in rožo dokončno uniči. Lahko jo razkosa do atoma in ve o roži več kot kdorkoli, a radosti sesanja nektarja ne bo doživel, kot ga doživi metulj ali občudoval metulja na roži ali lepote in vonja rože same. To je osnovni problem, da uporabljamo intelekt za upravljanje vsega, tudi za reševanje in delamo vedno večjo škodo. Če uporabljamo samo intelekt za upravljanje svojega življenja, bomo naredil zmedo in vedno večjo zmedo. Danes smo priča temu, da naša izobrazba prebudi v mladih le intelekt kot edini izraz inteligence. Intelekt deli, ne povezuje. Tako ni mogoče spoznati življenja. Lahko ve kaj o življenju, a ga ne doživi niti za trenutek, ne občuti ne grdobije svojega početja, ne lepote tega, da je živ.

2 Človekova identiteta. Identiteta je človekova meja. Identiteta odloča o tem, kako naj deluje intelekt. Recimo, da se istoveti s tem, da je moški ali ženska. Intelekt bo deloval tako, da gradi, služi in varuje svojo moškost ali ženskost. In tega se poistoveteni ne zaveda. Enako je z istovetenjem s tisoč možnimi identitetami; nacionalnostjo, kasto, klanom, razredom, stranko, klubom, ekipo, družino, rodom, krvjo, prepričanjem, verovanjem, bogastvom, revščino, vedenjem, nevedenjem itd.. Inteligentni ljudje delajo, kar imajo radi, genialni pa to, kar je potrebno. To dojeti je velika stvar. Človek z izjemno široko identiteto ima namreč lahko rad le to, kar koristi življenju v vseh oblikah oz. se njegove vsečnosti in nevšečnosti poistovetijo z življenjskimi. Njega v pravem gledu več ni, ne obstaja več kot ozek jaz nasproti svetu.

Preden bi začeli izobraževati otroka, bi mu morali predstaviti univerzalno identiteto. Preden nekoga opolnomočimo z znanjem, mu moramo predstaviti tako široko identiteto, kot je le mogoče, ker so ozke identitete osnova vsega grdega, hudega, bolnega. Vzemimo primer najhujšega, recimo da bi Hitler imel globalno namesto nase omejeno identiteto. Kakšen fantastičen voditelj bi bil. Bolj omejena kot je identiteta, bolj tiranska so dejanja. Potrebujemo ljudi s podobno učinkovitostjo, a z identiteto, ki vključuje vse življenje t.j. vse-vključujočo, univerzalno identiteto. Tvegana trditev, a gre le za prikaz razumevanja, kako ozka t.j. nase in na svoje omejena identiteta prisiljuje življenjsko inteligenco v uničenje. Pravim prisiljuje, ker življenje v sebi nima uničevanja in nasilnosti, nima pa tudi upora, da bi lahko nadvladalo svobodno voljo človeka. Življenje je postavljeno v izjemno mukotrpen položaj, pri polni zavesti mora dovoljevati izničenje samega-sebe.

Človek starega veka je to vedel in je otroke opremil z razumevanjem človekove odvisnosti od neposrednega in daljnega okolja in od vsega živega v njem, preden mu je posredoval kakršno koli znanje, da njegov intelekt ne dela proti nikomer in proti ničemer. Intelekt ne sme postati škodljiv. Če pogledamo, za kaj uporabljamo intelekt najboljših znanstvenikov in najvišje tehnologije, vidimo, da pretežno za vojaško in orožarsko industrijo, ki zatem postane masovna nakupovalna mrzličnost in prefinjeno sredstvo za doseganje popolne zatopljenosti v imaginarni svet. Bolj ko napreduje tehnologija, več bolečine si zadajamo med seboj. Ozka identiteta ostro varuje sebe in je v neprekinjenem stanju ogroženosti. Njene rešitve so vselej grožnja, prepoved, kaznovanje, omejitve, tiranija, morija.

3 Spomin. Fenomen brez primere, vtkan v sleherno ped življenja. Intelpekt bi ga razdeli na celični spomin, kinestetičen spomin, karmični spomin, cerebralni spomin, izkustveni itd. Intelpekt je nekoristen, če ni povezan s spominom. Glede na to, s kako ozko ali široko identiteto je povezan, je odvisno, kako bo ta spomin koriščen. Če je njegova identiteta univerzalna, se bo njegov intelpekt povezal s spominom na en način. Če je njegova identiteta omejena, se bo njegov intelpekt povezal s spominom na popolnoma drugačen način in podajal povsem različne pobude za dejanja.

4 Inteligenca. Dimenzija inteligence ni povezana s spominom. Je čista inteligenca. V starih jogijskih zapisih beremo, da kadar si povezan s chitto (inteligenco), je bog tvoj služabnik. Iz krščanske zgodovine to čisto povezavo z inteligenco opazimo pri Jezusu, kjer je s svojimi 'čudeži' kljuboval zakonom narave. Po izročilu šamanov srednje Amerike je univerzalna identiteta ali v njihovem jeziku človek brez samo-pomembnosti, brez jaza, vstopnica v svet moči in obenem varovalo pred zlorabo. Tako lahko človek uniči življenje le znotraj meja, ki si jih je postavil, torej lahko uniči življenje le sebi in zase. Vrata se odpro šele takrat, kadar v človeku ni niti madeža samoljubja, temveč je po duhu enak življenjski sili, ki ne more biti indiferentna do kakega dela sebe. Dež pada na vse. To je pomembno, ker identiteta prihaja iz spomina in je po definiciji omejena. Iz tega gledišča bi se bilo modreje poistovetiti z neznanjem kot z znanjem, saj je neznanje nekakšna modrost v zavedanju, da ne vemo. Ne glede na to, kako široko je znanje enega človeka, je še vedno neznatno v primeri z univerzalnim, medtem ko je njegova nevednost neizmerna, brezmejna. Če se poistovetimo z neznanjem, ne bomo nikoli delovali proti drugemu.

Verovanje pri tem nima vrednosti, vseeno je ali temu verjamemo ali ne. Ali verjamem ali vem, da imam oči in ušesa. Če bi me kdo hotel prepričati, da jih v resnici nimam in bi me v to prepričeval z gorečo prepričanostjo, bi verjetno dobila klofuto, če bi temu nasprotovala. Ali verjamem v boga? Kar ne vem, ne vem. Šele priznanje ne-vedenja odpira možnost za vedenje. Z verovanjem si to možnost odvzamem, saj si izmislim pojasnilo, pri katerem ni več potrebe po vključitvi osebnega napora za dosego razumevanja. Osnova za iskrenost, ki oživlja vez z življenjem, je priznanje; kar vem, vem... kar ne vem, ne vem... brez dodajanja, brez razlaganja, brez izmišljanja. Ni pomembno, kako iskren si do drugih, temveč le to, da si pri priznanju svoje nevednosti docela iskren do sebe. Popularen slogan new ageovske duhovnosti 'verjamem vase' moramo zamenjati s 'poznam se' ali 'vem zase', namesto da z 'verovanjem vase' ležerno prekrijemo svojo nevednost.

Svet ali kreacija, ki jo poznamo kot svet, je tako fantastična usklajenost in popolnost, da nobena človeška logika ne more reči, ok dojel sem. Tega ni moč dojeti in veliko iskrenosti bomo potrebovali, da bomo prišli do tega fundamenta zdrave človeške pameti in si priznali zmoto vsevednosti, s katero danes tako brezčutno gazimo življenje najprej v sebi, posledično pa vsega, česar se dotaknemo. Kadar človek doume, kako neznaten je njegov intelekt in v kako ozkih mejah ga drži, ne glede na to, kako široka je njegova identiteta, ne bo nikoli več isti. Namesto seciranja sveta, ga bo zdaj občudoval in negoval, kajti za čudenje potrebuje trenutek zaustavitve, v katerem življenje doživlja.

Duhovna tradicija sveta si je vselej prizadevala poiskati mehaniko ali tehnologijo, s katero bi učenca pripeljala do te zaustavitve prevlade intelekta nad ravnanjem človeka in ga vsaj za hip izpostavila tej milosti, inteligenci, kajti potem človek ne more več ostati isti. To je tako, kot če enkrat okusiš vrhunsko jed ali slišiš vrhunsko glasbo, nobena te ne gane več, če ne dosega te popolnosti. Vse smeti odpadejo s tebe kot jesensko listje in brez vsakega truda se pojavi jasnost, ki jo je poprej iskal zunaj sebe in jo nalagal vase z branjem misli drugih ljudi, upajoč, da bo razumel. Po tem bi moral zahrepeneti vsak odrasli, preden umre in predati izkušnjo v obliki zanosa in nežno prodornega pogleda svojim potomcem. To je izkušnja celovitosti, razumevanja človekove vpetosti v univerzalni ekosistem, brez katerega tudi njega ni. To je morda danes najpomembnejše, kajti preživeti življenje brez zavedanja o sebi je, upam reči, zapravljenost življenje, ki za seboj pusti le veliko smradu, ki ga morajo požreti otroci.

a) Zakaj je študijski krožek primerna izobraževalna oblika

Pojem reda najboljše razumemo, če spoznamo razliko med domačim vrtom in gozdom. Ko pogledamo vrt, vidimo v linijah urejene gredice, brez plevela, vse je na svojem mestu. Videti je kot iz škatlice. Ko pogledamo gozd, vidimo nekakšen kaos brez vidnega načrta. Kaj se zgodi, če mesec dni ne negujemo vrta? Prerasel ga bo plevel in red izgine, medtem ko gozd buhti od obilja najbolj takrat, ko ga pustimo pri miru. Opaziti to pomeni razumeti osnovni red življenja, ki ga moramo prenesti tudi nase. Manj ko se vtikamo v dogajanje, manj ko mislimo, kako moramo početi stvari, pravilneje se odvijajo.

Doumeti pravkar izrečeno terja določeno ozadje, ki podkrepi uvid... to je, da nauk doživimo s telesom. Kadar poskušamo prebuditi duhovni uvid, moramo to predstaviti telesu, ne umu, zato je v biografijah duhovnih velikanov brez izjeme najti daljša obdobja bivanja v puščavi, v gozdu ali v gorah, kajti edino nekultivirana narava (ne Tivoli ali Central Park v New Yorku) še zveni s svojim prazvenom, ki človeka zmore nadvladati in nekako prepisati program, s katerim je ta prazven zadušil.

Študijski krožek nudi to svobodo, da gremo lahko v gozd in nismo omejeni na zaprt prostor, ki je v svoji osnovi prekinitev povezanosti z zemljo, z življenjem. Pomanjkljivost študijskega krožka je, da so srečanja secirana na najmanj 7 srečanj, kar pomeni, da se dlje kot dobre 3 ure na enkrat ne moremo zadržati v njem. Tudi v tem je videti roko človekovega intelekta. Še kako pomembno za človeka je, preživeti daljši čas v naravnem redu, kakršen gozd je, saj se takrat njegovo telo navzame te iste vibracije, ki ohranja življenje že od pradavnine in ki ga ni moč ponotranjiti z intelektualnim premlevanjem.

Kadar si za zgled vzamemo tega ali onega človeka, ki je že doživel ta preboj, bomo pri vseh opazili rdečo nit, ki jih zasleduje kot senca. Njihova življenja so polno izgub, nesreč, napadov, nagajanj od zunaj in vseh drugih preizkušenj in ni mogoče reči, da so imeli sanjsko življenje, vseeno pa so bili graciozni in veličastni s svojo pojavo. Tisto, kar je občudovanja vredno ni to, kar se jim godi, temveč njihov eter, njihova esenca, občutenje njihove prisotnosti. Imajo popoln nadzor nad svojo notranjo klimo, ki ni vezana na nobeno dogajanje zunaj njih in zaznati ni sence sovraštva napram napadalcem. So v čistem razumevanju. V tej perspektivi lahko rečemo, da so kot drevesa, okrog katerih se vijejo viharji, a oni ostajajo trdno ukoreninjeni v samo ožilje življenja, med tem ko so njihove krošnje gibko upogljive, da se pod navalom vetra ne zlomijo.

Gozd je učitelj brez primere, kadar se mu odpremo, kadar ga doživimo. Zato je potreben le majhen sunek v pravo smer, saj je gozd popolno ozadje že sam po sebi. Tak človek ne potrebuje več lekcij o morali, o tem, kaj je prav in narobe, o dostojanstvu in o ničemer prav zares, saj je s sebe slekel tisti oklep, ki ga je utesnjeval in ga delal zaščitniškega in nasilnega, predvsem pa gluhega in slepega za vse okoli njega in za svoje pristne potrebe. Zdaj diha enako kot življenje, ki ne more nikomur škodovati, četudi ne zna brati in je sploh popolnoma nešolan.

Iz uvida, da je učenje koristno, kadar ga doživi človek s telesom, so nastale tudi prve gozdne šole in ga poudarja gozdna pedagogika. Spoznali smo, da je sedenje v od narave odrezanem okolju in prepredenem z brezštevilo mrežo kablovja in signalov, dober način za zмести otroško telo oz. njegovo zaznavo, ki nezavedno beleži prav vse, med tem ko vase prejema pojme nekoga drugega ali bolje podatke o spoznanju nekoga drugega, ki njemu ne pomenijo nič. Ponavlja jih na pamet in postaja vedno bolj otopel v svoji zaznavi.

Še en vidik ŠK je, vodenje, ki sovпада s pravim pomenom tega pojma tudi z gledišča energije. Vodenje ni nekaj, kar se naučimo, niti ni nekaj, s čemer se rodimo. Vodenje je naravna posledica razširitve identitete, namreč vzdušje v človeku široke identitete je kreirano z vsem živim, kar ga dani hip obdaja, ne v smislu odvisnosti, pač pa v smislu senzibilnosti. Človek široke identitete je povezan z vsem, kar njegovo široko senzibilno telo zaobjame in zlahka začuti utripanje sleherne entitete v njegovem dometu. Znotraj tega lažje manevrira proti skupnemu učinku, ki je brez izjeme zadovoljstvo, občutek koristnosti in povezanosti, sproščenosti in vključenosti oz. na kratko dobro počutje.

ŠK dovoljuje skritega vodjo, mentorja, ki mu ni treba stati pred občinstvom in predavati. Vodenje brez voditelja je enako kot pri kreaciji sveta, tako popolna je, da ne opazimo kreatorja. Če bi svet izginil vsak dan in bi ga bilo treba postaviti vsak dan na novo, potem bi bila prisotnost kreatorja očitna, tako pa je tekoča in neprekinjena, da ne opazimo, da je vsak trenutek kreacijo potrebno ohranjati, da je lahko neprekinjena. Življenje nas iz hipa v hip ohranja z nekakšno nitki podobno energijsko povezavo in ne sme postati samoumevna. Prišel bo trenutek, ko bo ta nit pretrgana. Zavedanje lastne umrljivosti v smislu popolne prepričanosti, pripravi človeka do razmisleka, kam bo usmeril sleherni dih.

Enako ne bi smeli prezreti neprestanega čudeža spreminjana zemlje v organizme, ker se proces rasti in pretvorbe hrane v organizem skriva v nezavednem in samodejnem procesu vsakega živega bitja. Če bi nekdo kruh spremenil v človeka, bi mu rekli bog ali čudodelnik ali še kaj drugega, če pa se to dogaja sleherni trenutek samodejno med vsakim prehranjevanjem, tega ne opazimo. A dejstvo je, da je naše telo iz zemlje, le da sta vmes dve stopnji pretvorbe najprej v žito in kruh, nato v celice našega telesa. Vodenje se zgodi samo od sebe, kadar nekdo postane vseobsegajoč v svojem zaznavnem dometu, ker se z razumevanjem dotika sleherne pojavnosti in samodejno privlači.

b) Opredelitev izziva

Izhajajoč iz svoje nedavne stiske že dolgo čutim stisko prijateljev, ki jo ob kakem ognjenem večeru upajo izpovedati. Stik z osnovnošolskimi nečakinjami mi iz stališča tete omogočajo bolj prijateljsko atmosfero, v kateri upajo izraziti najtišje. Tudi otroci iz gozdnega krožka odkrito pojamrajo o svojih težavah doma in v šoli. Nenazadnje pozorno poslušanje medijev in sledenje svetovnemu dogajanju kričijo o točki vrelišča, na kateri se nahajamo in da človek potrebuje korenit preobrat v dojemanju samega sebe.

– Analizo stanja SWOT

Moči: Osebni interes samo-spoznanja, potovanja in bivanje med staroselci, ki še vedno živijo vse-vključujoče, obisk vasi v Avstraliji, ki so ponovno zaživele na življenju prijazen način, dolgoleten uk pri duh. učitelju, izkustvo.

Šibkosti: Nesigurnost v artikulacijo duhovnih dimenzij, pretvorba jezika na človeku razumljiv način, prevelika zagnanost, pomanjkanje nadzora pri domačih temah, neupoštevanje stanja zrelosti drugih.

Priložnosti: Čas duha je prišel, ljudje hrepenijo po jasnosti, po razumevanju, po duhovni sorodnosti, po sodelovanju brez izkoriščanja, po medsebojni pomoči brez osebnih koristi, po zaupanju, po osebni svobodi, po samo-uresničitvi brez izgube najbližjih.

Grožnje: Trenutno stanje zavesti, ki še vlada večini ljudi.

– Vsebina dela – uk senzibilnosti

Namesto, da si prizadevamo vzgajati dobre ljudi, si prizadevajmo za njihovo občutljivost, tenkočutnost in sposobnost zaznavanja vsega, kar se dogaja v njih in okoli njih. Vzgoja dobrih ljudi nas je naučila, da bolj ko nekdo misli, da je dober in da ima prav, bolj konflikten postane. Danes zemljo naseljujejo sami dobri ljudje, ki se borijo za pravico in resnico in polnijo sodišča, bolnišnice, lekarne in psihiatrijo. Prepoznati past dobrega mišljenja o samem sebi je prvi korak k pravi notranji drži ponižnosti do inteligence, ki nas osvobaja vzvišenosti in doseganja svojega prav za vsako ceno. Senzibilen človek ima raje dober odnos s sočlovekom kot dosego svojega prav. Raje kot bitko intelektov (besedo), ima molk (dejanje). Priznati si moramo, da nismo v redu in razumeti zakaj in držati to vedenje neprenehoma pred očmi, da ne zapademo v igro sprenevedanja. Nihče ni v redu. Če se ljudje srednjih let še nekako zatopijo v svoje vsakdanje obveznosti in mislijo, da jim gre dobro, ker njihov senzor ne seže dlje od lastnega udobja, so majhni otroci in stari ljudje danes pristno na robu znosnosti.

V senzibilnost otroka ne moremo priučiti, v njej ga moramo le pustiti. Otrok že je en sam neokrnjen senzor, ki ne potrebuje besed, da bi navezal stik z življenjem. Vse to je človeku dano. Odrasli se moramo ponovno naučiti ali bolje spomniti se, kako je biti notranje čist in osvobojen, kar nam naši malčki neprenehoma sporočajo s svojim obnašanjem. Namesto tega, iz prepričanja, da vemo, kako se življenju streže, otroka s svojimi dognanji zadušimo in prerežemo njihovo vez z življenjem, za seboj pa puščamo vedno bolj in bolj od življenja odtujene ljudi. Senzibilnost je vrhunsko orodje, ki nas poveže s trenutnim življenjskim dogajanjem, v katerem je vse, kar dani hip potrebujemo. Kadar tako povezan otrok dobi navodilo, kako naj se v kakšni situaciji obnaša, se njegova čista povezava v hipu prekine, na mesto spontanosti pa stopi naučeno obnašanje, ki s ponavljanjem postane nezavedni avtomatizem ali navada.

– **Izobraževalni cilji**

Razumevanje in obvladanje fizičnega telesa: Telo je organ čutenja, ki nas ohranja in varuje v svetu stvari. Čutila so namenjena ohranitvi fizičnega telesa in občudovanju univerzalne kreacije v sleherni pojavnosti obliki.

Razumevanje in obvladanje čutenja in mišljenja: Jaz nisem, kar se mi godi. Ustvariti razdaljo med sabo in med svojim čutenjem in mišljenjem. Eno in drugo sta pridobitev vtisov od rojstva dalje, so moji, a nisem jaz.

Razumevanje in obvladovanje zaznavnega telesa: v tem primeru ne gre za obvladovanje kot v prejšnjih dveh dimenzijah, ampak se zgodi samo do sebe, ko osvojimo prejšnji dve dimenziji in ko zavzamemo pravo točko zrenja, gledanja nase in na svet.

– **Akcijski cilji**

- Osebna preobrazba
- Skupinska pogovorna predstavitev v Cankarjevem domu na Vrhniki,
- objava prispevka v Našem časopisu
- na spletni strani Mojaobcina.si/Vrhnika, Ljubljana
- na spletni strani društva Hosta
- in drugje...

– **Ciljna skupina**

Odrasel, ki je morda na isti točki zmedenosti, na kateri sem bila nekoč sama in hrepeni po nečem, čemur ne ve imena, a čuti, da je nekaj narobe s tem svetom, v katerega se je rodil in privzgojil,

nekdo, ki potrebuje le rahlo spodbudo podobno mislečih, da bi v polnosti razprl krila,

nekdo v takšni in drugačni stiski, ki je skozi stisko spoznal, da je sam odgovoren za svoj položaj in želi vajeti svojega počutja vzeti v svoje roke,

depresiven človek, ki je pozabil na hvaležnost dejstva, da živi,

nekdo, ki bi rad premagal prekomernost v stvarnem ali odnosnem oziru,

nekdo s hrepenenjem... po lahkotnosti, nežnosti, razumevanju, osvobojenosti.

3. ORGANIZACIJSKI VIDIK ŠK

a) Opredelitev matične ustanove in prostorov srečevanja

Društvo Hosta povezuje ljubitelje življenja, ki dnevno in stanovitno oblikujejo svoj 'interier' na tak način, da s svojim delovanjem ne povzročajo trenja in izgube moči. Srečevali se bomo v gozdu, kadar bo vreme dopuščalo in se v njem zadržali kar najdlje. Ob slabem vremenu bomo srečanje izpeljali v mali CD na Vrhniki.

b) Metode dela

Praktične vaje:

- Spoznati in obvladati svoje telo in dihanje s pomočjo številnih tehnik, ki jih zmore izvesti vsakdo, sprva nezbrano in površno, z vajo pa povsem zbrano in temeljito.
- Spoznati povezanost med dihanjem, mišljenjem in lego oči ter kako z dihanjem vplivamo na um.
- Natrenirati telo za sprejem energije. Zasedeno, preobloženo, kalcinirano in otrdelo telo ustvarja prepreke kot jezove na toku moči, preko katerih energija ne more prosto teči. Dnevno je treba razvleči zbitost, sesedenost okostja in mišičevja, da ustvarimo in ohranimo ustrezno odprtost za prosti tok moči.
- Razumeti meditacijo kot neprekinjeno stanje biti, ne kot občasno početje.
- Spoznati nekaj preprostih tehnik za zaustavitev sicer stalnega samodejnega toka misli in razlag.

Skupinska interakcija:

- tehnike samo-spoznanja trenutnega položaja s pomočjo 'tihih tal', miselnih vzorcev in anonimnih anket (zaželeno ob ognju v gozdu)
- prosti neformalni pogovori o določenem fenomenu (zaželeno ob ognju v gozdu)

Individualno:

- domače naloge praktičnih vsakodnevnih vaj, ki postanejo nov del vsakdana
- spis iz samo-opazovanja

c) Kako boste vrednotili vaše delo

Z odzivi udeležencev.

d) Izvedbeni načrt

Vsebinsko časovni:

Srečali se bomo vsak konec tedna po približno 4 ure. Med posameznimi srečanji bomo udeleženci dobili preproste in kratke domače naloge, s katerimi bomo energijsko začeli mešati svojo dnevno rutino in tekom krožka spoznali, kaj pravzaprav počnemo. Zgoraj podano vsebino krožka bomo modelirali sproti glede na to, v kakšnem fizičnem, čustvenem, mentalnem in energijskem stanju bodo udeleženci.

Finančni:

Stroški bodo nastali predvidoma za: 1 najem zunanjega in notranjega prostora, 2 pripravo in okrasitev prostora, za cvetje, drva ipd., 3 pisarniški material in drobne pripomočke, 4 terapevtska glasbila 5 prevoz 6 komunikacijo in organizacijo 7 javno objavo in predstavitev 8 plačilo izvedbene osebe

Vabljenje udeležencev:

Skupina znank in znancev, ki jih povezuje samo-spoznanje in delo na sebi, že deluje. Ni rednega in organiziranega srečevanja, bolj po potrebi in ko 'pademo' skupaj. Poslužili se bomo predvsem osebnega vabljenja, v majhnem delu tudi javno preko socialnega omrežja, z objavo na spletnih straneh, z objavo v lokalnem časopisu, s plakati in letaki...

4. ZAKLJUČEK

Vsak ima svoj čas za dozorelost. Delajmo na sebi, prišel bo čas, ko bo nekdo potrkal na vrata in mu bomo lahko povedali svojo izkušnjo, ki jo bomo do takrat že dodobra spravili v življenje. Veliko hudega storimo ravno iz želje po pomoči bližnjemu, ko še ni dozorel zanj. Moramo spoštovati to in k sebi priklicati še več nežnosti in miline, s katero jih bomo nazadnje privabili k preobrazbi.

Ni težko prepoznati človeka široke identitete, ima skrajno mile oči, kadar je obdan z milino in skrajno prodorne, kadar je obdan z nasiljem. Njegova drža je sproščena, njegova hoja je mehka, umirjena, je buden in čuječ nad vsem, kar se godi tisti hip v njem in zunaj njega. Drži se v ozadju in si ne prizadeva uveljavljati svoj prav, ne debatira, sploh zelo redko kaj reče, če pa že, so to izbrane besede podkrepljene z izkušnjo. Veliko molči in veliko je sam. Z neprekinjenim samo-opazovanjem počasi trebi iz sebe vse nepotrebno, hrepeni po stvarnem minimumu in po duhovnem obilju v obliki vseh že do sedaj omenjenih kvaliteta življenja.

Namen srečevanj je ustvariti tako ozadje v naravi, ob ognju, ob monotonem prepevanju, ki uspava intelekt, ob zavestnem dihanju, ob igranju na terapevtska glasbila, s hojo moči, z zrenjem v naravne elemente, s hotenim mirovanjem in tišino, s samoto in s številnimi drugimi tehnikami, ki udeleženca zazibajo v primerno ozračje, v katerem zven življenja doživi z vsem, kar je, ne da bi si to hotel razložiti, komentirati ali kako drugače umoriti s tlačenjem v svoj um. Kajti šele takrat, ko nekdo zavestno zanemari prišepetavanja uma, sproži rojstvo čutečega bitja. Udeleženec mora razumeti, kaj se gre in to mora hoteti sam, s svojo voljo. Življenje ne more nikogar v nič prisiliti, saj je poosebljena svoboda.

5. LITERATURA

Zaradi narave študijskega krožka, ki je izkustvena, bom težko natančno določila, kateri viri so botrovali nastanku te seminarske.

Najširše gledano smem reči, vsi ljudje, ki so mi stopili na pot.

Malo ožje gledano, moja mama, sestra, pokojni brat in oče, otroci, s katerimi delam že vse življenje, intenzivneje pa zadnjih 12 let, vse ženske, ki so bile dovolj smeje, do so se razkrile v svojih stiskah in me poučevale na najbolj intimen način, vsi znanci in prijatelji, ki so pomagali nevede samo s tem, da so, kar so, vsi neznanci, ki sem jih spoznala s pomočjo branja številnih zgodb, ki so me ganile, naključni mimoidoči, ki sem jih prestregla med njihovim početjem ali pogovorom in so pustili svoj pečat, vsi prijatelji, ki ji več ni...

in najožje gledano, življenje samo, ki me je vodilo po vseh teh poteh in me varovalo do te mere, da še danes sem in me opremilo z vsem tistim, kar ta hip potrebujem... ko hkrati to isto življenje zaobjema vse poprej našteto in lahko rečem, da je to najširši možni gled.

Razumem, da je pod literaturo mišljen nek posameznik, ki je nekaj spisal in je to vplivalo na nastanek te seminarske naloge. Žal teh virov nimam, pišem spontano brez referiranja na mnenje nekoga. Upam, da bo to šlo skozi, sicer se lahko lotim iskanja nekaterih virov, ki bi jih ta hip lahko strnila takole:

- literatura religij sveta, predvsem budizma, krščanstva, šintoizma, konfucianizma... in verovanj starih ljudstev sveta kot so sibirski in srednje-ameriški šamanizem, aboriginski Dreamtime, Keltsko verovanje, srednje-evropsko verovanje...,
- literatura osebnih zgodb prebuditve raznih avtorjev iz vsepovsod,
- literatura indijskih mistikov,
- intervjuji in pomenljive zgodbe slovenskih in drugih preprostih ljudi, ki pronicljivo zrejo vase in v svet,
- internet in video posnetki na to temo,
- samo-preiskovanje in zrcaljenje pod vodstvom duhovnega učitelja
- bivanje med Indijanci, šamani in aborigini
- dolgoletni intenzivni treningi duhovne borilne veščine,...

Ljudje smo naučeni, da potrebujemo metode, nasvete, da bi naredili kakšno spremembo. Vendar pozoren opazovalec spozna, da to ne deluje, vsaj ne trajno. Ne poskušajmo se spremeniti, ne poskušajmo spreminjati druge, sveta, le doumimo svojo lastno naravo in naravo življenja, ki je vse-vključujoča, inkluzivna, le naš um deli, ločuje in razdvaja, je ekskluziven. To ni proces, sprememba ali dodajanje. Je uvid, je prepoznanje danega stanja. Je bolj izbris tega mišljenja, je razdalja med menoj in tem, kar vem ali mislim, da vem... je v pravem smislu ne-učenje samega sebe, če proces učenja razumemo kot nalaganje znanja v obstoječ miselni konstrukt kot programa v računalnik.

V zadnji instanci, v najbolj elementarnem pogledu, je vse, kar nam je treba, posvečati pozornost življenju. Zdaj posvečamo pozornost konstruktom, ki smo si jih izdelali v glavah, jih primerjamo z drugimi konstrukti in če so si kompatibilni, se kličemo prijatelji, sicer sovražniki. Neprenehoma smo v odnosu do nekoga ali nečesa, čeprav smo v biti vsi en organizem. Velika zmeda se bo končala v eni glavi takrat, ko doume ta preprost princip duhovne tehnologije.

Intelekt je orodje, ki ne sme nezavedno vladati človeku, temveč ga mora človek uporabljati zavestno in vanj polagati nadvse izbrana semena. Tako kot uporabljamo kak del telesa za točno določen namen, tako uporabljamo intelekt za točno določen namen ali pa ga ne uporabljamo. Odločamo sami. Zdaj je intelekt v neprestanem pogonu, celo med spanjem, nikoli zares ne utihne. Smo na stopnji izgorelosti, izpetosti intelektualne ustvarjalnosti, ki producira ponavljajočo se masovnost brez kvalitete, brez vsebine, brez duha, brez vonja.

Stiska je ugodna prst za smeje poteze v neznano in videti je, da jo potrebujemo, da bi se prebili skozi steklen strop umskih mej. Ali kot je po nekaj dnevnem bivanju v gozdu rekel 10-letni fant, '...veš, dojel sem, da se splača biti dober.' Izrekel je veliko duhovno resnico, pri kateri je valuta Življenje samo.

